

# **UNIVERSIDAD CATÓLICA DE SANTA MARÍA**

## **FACULTAD DE OBSTETRICIA Y PUERICULTURA**



**“RELACIÓN ENTRE EL NIVEL DE CONOCIMIENTO Y LA ACTITUD SOBRE  
EL CLIMATERIO EN MUJERES DE 40 A 54 AÑOS. CENTRO DE SALUD  
MARITZA CAMPOS DÍAZ AREQUIPA, ABRIL 2015”.**

**Tesis Presentada por:**

Barrionuevo Vizcarra Kelly Deysi

Campos Trujillo Yessenia Estefany

**Para optar el Título**

**Profesional de Licenciadas**

**en Obstetricia**

**AREQUIPA – PERÚ**

**2015**

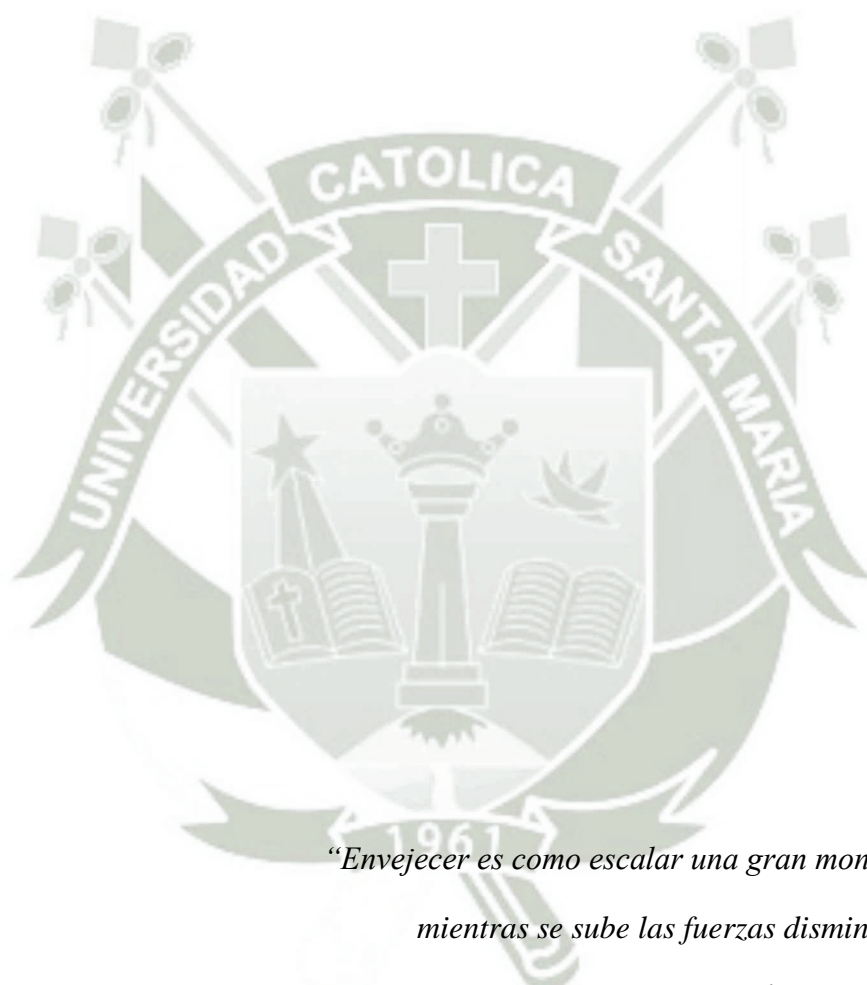
## DEDICATORIA

A DIOS TODOPODEROSO por estar con nosotras, por cada paso que damos, por fortalecer nuestro corazón e iluminar nuestra mente y por habernos puesto en nuestro camino a aquellas personas que han sido nuestro soporte y compañía.

A nuestros PADRES por habernos brindado en todo momento su apoyo incondicional durante el transcurso de toda nuestra carrera profesional tanto moral como económico, por inyectarnos cada día ánimo, fe, esperanza, confianza en todo lo realizado, por habernos impulsado con su amor, comprensión a superarnos y vencer obstáculos y por sus consejos en los momentos adecuados.

A nuestra ASESORA Armida Fernández, por su paciencia y generosidad y que nos ha conducido paso a paso en el aprendizaje de la metodología de la investigación.

*Kelly y Estefany*



*“Envejecer es como escalar una gran montaña:  
mientras se sube las fuerzas disminuyen,  
pero la mirada es más libre, la vista más amplia y serena”.*

*Ingmar Bergman*

## ÍNDICE GENERAL

DEDICATORIA	
EPÍGRAFE	
RESUMEN	
ABSTRACT	
INTRODUCCIÓN.....	9

## CAPÍTULO I

<b>I PLANTEAMIENTO TEÓRICO.....</b>	<b>11</b>
1. PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN.....	12
2. OBJETIVOS.....	17
3. MARCO TEÓRICO.....	18
3.1 MARCO CONCEPTUAL.....	18
1. Conocimiento.....	18
2. Climaterio.....	19
2.1 Etiología.....	19
2.2 Definición.....	20
2.3 Fisiología y Fisiopatología.....	22
2.4 Etapas.....	24
2.5 Signos.....	26
2.6 Síntomas y signos.....	26
2.7 Factores que influyen en el climaterio.....	30
2.8 Manejo terapéutico.....	32
3. Actitud.....	39
3.1 Concepto.....	39
3.1.1 Componentes de la actitud.....	40
3.1.2 Tipos de actitud.....	40
3.2 Importancia de la actitud del climaterio.....	41
3.3 Formas de medir la actitud.....	43
3.3.1 Escala de likert.....	44
4. Glosario de términos.....	49
3.2 ANÁLISIS DE ANTECEDENTES INVESTIGATIVOS.....	52



4. HIPÓTESIS.....	57
-------------------	----

## CAPÍTULO II

II PLANTEAMIENTO OPERACIONAL.....	58
1. TÉCNICA, INSTRUMENTO Y MATERIALES DE VERIFICACIÓN..	59
2. CAMPO DE VERIFICACIÓN .....	60
3. ESTRATEGIA DE RECOLECCIÓN DE DATOS .....	62
4. ESTRATEGIA PARA MANEJAR RESULTADOS .....	67

## CAPÍTULO III

III RESULTADOS.....	68
---------------------	----

## CAPÍTULO IV

DISCUSIÓN.....	80
CONCLUSIONES.....	83
RECOMENDACIONES.....	84
BIBLIOGRAFÍA BÁSICA.....	85

## ANEXOS

ANEXO 1: Consentimiento informado.....	91
ANEXO 2: Croquis.....	92
ANEXO 3: YESSDE 2015.....	93
ANEXO 4: TEST ESTEKE 2015.....	96
ANEXO 5: Confiabilidad y validación de conocimiento .....	97
ANEXO 6: Confiabilidad y validación de actitud.....	98
ANEXO 7: Matriz de datos.....	99

## ÍNDICE DE TABLAS

TABLA N° 1: Frecuencia y porcentaje de características demograficas.....	69
TABLA N° 2: Frecuencia y porcentaje del nivel de conocimiento sobre conceptos generales del climaterio (definición y etiología).....	71
TABLA N° 3: Frecuencia y porcentaje del nivel de conocimiento sobre etapas del climaterio.....	72
TABLA N° 4: Frecuencia y porcentaje del nivel de conocimiento sobre signos y síntomas del climaterio.....	73
TABLA N° 5: Frecuencia y porcentaje del nivel de conocimiento sobre factores del climaterio.....	74
TABLA N° 6: Frecuencia y porcentaje del nivel de conocimiento sobre el manejo terapéutico del climaterio.....	75
TABLA N° 7: Frecuencia y porcentaje del nivel de conocimiento sobre el climaterio.....	76
TABLA N° 8: Frecuencia y porcentaje de la actitud del climaterio.....	77
TABLA N° 9: Frecuencia y porcentaje de la relacion de las variables entre el nivel de conocimiento y la actitud sobre el climaterio.....	78

## RESUMEN

**Objetivo:** Establecer la relación entre el nivel de conocimiento y la actitud sobre el climaterio en mujeres de 40 a 54 años que asistieron al C.S Maritza Campos Díaz. Abril 2015. **Materiales y métodos:** Se realizó el estudio de carácter descriptivo correlacional, donde la muestra estaba conformada por 356 mujeres que cumplieron con los criterios de inclusión y exclusión. Previo consentimiento informado, se aplicó como instrumento un cuestionario anónimo que constó de tres partes, la primera incluía datos de identificación como la edad, ocupación, estado civil, procedencia y grado de instrucción; la segunda parte comprendía 10 preguntas cerradas, cuyos resultados midieron la variable de nivel de conocimiento y se clasificaron en nivel Bajo, Medio y Alto, siendo el puntaje máximo de 10 puntos. Para medir la variable actitud, se aplicó un test valorada con la escala de Likert modificada, lo cual estuvo conformada por seis ítems, que exponen la actitud favorable o desfavorable sobre el climaterio. **Resultados:** De las mujeres entrevistadas el 53.1% tenían edades entre 40 a 45 años, el 66% eran amas de casa, el 41.3% estaban casadas, el 99.7% procedían del área urbana y el 28.1% estudiaron hasta la secundaria completa. Además el 62.1% tenían un nivel de conocimiento bajo y el 55.6% tenían una actitud favorable sobre el climaterio. **Conclusión:** Existe una relación inversa entre el nivel de conocimiento y la actitud sobre el climaterio.

**Palabras claves:** Conocimiento, Actitud, Climaterio.



## ABSTRACT

**Objective:** To establish the relationship between the level of knowledge and attitudes about menopause in women aged 40-54 years attended the CS Maritza Campos Diaz. April 2015. **Materials and methods:** descriptive correlational study where the sample was composed of 356 women who met the inclusion and exclusion criteria was conducted. Prior informed consent was applied as a tool an anonymous questionnaire consisted of three parts, the first including identification data such as age, occupation, marital status, origin and level of education; the second part comprising 10 closed questions, the results measured variable level of knowledge and were classified into Low, Medium and High, being the maximum score of 10 points. To measure the variable attitude, a test assessed with modified Likert scale was applied, which consisted of six items, exhibiting the favorable or unfavorable attitude about menopause. **Results:** Of the women interviewed 53.1% were aged 40-45 years, 66% were housewives, 41.3% were married, 99.7% were from urban areas and 28.1% studied to complete school. In addition, 62.1% had a low level of knowledge and 55.6% had a favorable attitude toward menopause. **Conclusion:** There is an inverse relation between the level of knowledge and attitudes about menopause.

**Keywords:** Knowledge, Attitude, Menopause



## INTRODUCCIÓN

Una de las etapas en la vida de la mujer es el climaterio. Es decir, es el período previo, concomitante y posterior a la menopausia, en el que se establecen los cambios endocrinos, biológicos y clínicos. Se caracteriza por la transición de la vida reproductiva a la no reproductiva de la mujer. Las estadísticas de la Organización Mundial de la Salud muestran que, en pocos años, alcanzaremos la cifra mundial de 750 millones de mujeres postmenopáusicas, por lo cual es importante que este sector de la población sea el centro de atención de ginecólogos, endocrinólogos, cardiólogos, reumatólogos, epidemiólogos, psiquiatras, geriatras, entre otros.

El presente trabajo de estudio se diseñó con el objetivo de establecer la relación entre el nivel de conocimiento y la actitud sobre el climaterio de las mujeres de 40 a 54 años que asisten al Centro de Salud Maritza Campos Díaz. Los resultados se obtienen mediante entrevistas y fichas de recolección de datos (Cuestionario de conocimiento y test de actitud) que se realizan durante el mes de abril en sala de espera de los diferentes consultorios.

Teniendo en cuenta que el climaterio es una etapa fisiológica de la mujer, pero poco difundida en el sector salud, es probable que dichas mujeres tengan un nivel de conocimiento bajo con una actitud desfavorable, y que exista una relación directa entre el nivel de conocimiento y las actitudes.

De manera que el presente trabajo se realiza en razón de:

Que los resultados obtenidos nos permitirán conocer el nivel de conocimiento que tienen las mujeres de 40 a 54 años, sobre climaterio y la actitud que adoptan sobre esto. Para que se pueda implementar medidas preventivas de apoyo.

Si la mujer y familiares conocen los cambios que se producen en esta etapa, entonces la mujer climatérica tendrá el apoyo familiar ya que es vital para mejorar el equilibrio emocional-afectivo de la mujer, y por lo tanto el personal de salud coadyuvará con medidas necesarias para que esto ocurra.

Además que temas como éste, son muy poco promocionados y por lo tanto es función del Obstetra difundir las características fisiológicas y signos de alarma en las diferentes etapas de la vida de la mujer. Nuestro deber es promocionar el conocimiento científico de esta etapa.

Esta información puede ser usada como banco de datos que nos permita tomar decisiones y medidas útiles en los diseños curriculares, satisfaciendo las necesidades de la población.





# **CAPÍTULO I**

# **PLANTEAMIENTO**

# **TEÓRICO**

## **1. PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN**

### **1.1 ENUNCIADO**

RELACIÓN ENTRE EL NIVEL DE CONOCIMIENTO Y LA ACTITUD  
SOBRE EL CLIMATERIO EN MUJERES DE 40 A 54 AÑOS. CENTRO  
DE SALUD MARITZA CAMPOS DÍAZ AREQUIPA, ABRIL 2015

### **1.2 DESCRIPCIÓN DEL PROBLEMA**

#### **A. ÁREA DEL CONOCIMIENTO**

**Área general:** Medicina Humana

**Área específica:** Ginecología

**Especialidad:** Salud Sexual y Reproductiva

**Línea:** Climaterio



## B. ANÁLISIS U OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES

Variable	Indicadores	Sub indicadores
<b>Variable independiente</b>  Nivel de conocimiento del Climaterio	1. Conceptos generales	1.1 Definición 1.2 Etiología 1.3 Fisiología y fisiopatología
	2. Etapas del climaterio	2.1 Pre menopausia 2.2 Menopausia 2.3 Post menopausia
	3. Signos y Síntomas del climaterio	3.1 Síntomas y signos vasomotores 3.2 Síntomas psicológicos 3.3 Síntomas y signos osteomusculares 3.4 Síntomas y signos cardiovasculares 3.5 Síntomas y signos genitourinarios 3.6 Modificaciones en la piel
	4. Factores que influyen en el climaterio	4.1 Ejercicio físico 4.2 Embarazos anteriores 4.3 Soltería 4.4 Acción de los contraceptivos 4.5 Tabaco

	5. Manejo terapéutico del climaterio	5.1 Tratamiento hormonal 5.2 Tratamiento alternativo 5.3 Estilos de vida saludables
<b>Variable dependiente</b>  Actitud sobre el Climaterio	1. Sobre los signos y síntomas del climaterio	1.1 Desfavorable: 1 a 3 puntos 1.2 Favorable: 3.1 a 5 puntos
	2. Sobre el manejo terapéutico del climaterio	2.1 Desfavorable: 1 a 3 puntos 2.2 Favorable: 3.1 a 5 puntos

### C. INTERROGANTES BÁSICAS

- ¿Cuál es el nivel de conocimiento de conceptos generales, etapas, signos y síntomas, factores que influyen y manejo terapéutico sobre el climaterio en mujeres de 40 a 54 años que asisten al Centro de Salud Maritza Campos Díaz?
- ¿Cuál es la actitud sobre el climaterio en mujeres de 40 a 54 años que asisten al Centro de Salud Maritza Campos Díaz?
- ¿Cuál es la relación entre el nivel de conocimiento y la actitud sobre el climaterio en mujeres de 40 a 54 años que asisten al Centro de Salud Maritza Campos Díaz?

### D. TIPO DE INVESTIGACIÓN

Es de campo, porque el presente trabajo se llevó a cabo dentro de una comunidad arequipeña, con el fin de conocer el nivel de conocimiento y la actitud sobre climaterio de las mujeres de 40 a 54 años que asistieron a los servicios del Centro de Salud Maritza Campos Díaz por medio de una entrevista.

### E. NIVEL DE INVESTIGACIÓN

**Descriptivo correlacional:** Porque describe la situación de las variables de interés, y relaciona el nivel de conocimiento con la actitud sobre el climaterio en las mujeres de 40 a 54 años que asisten a los servicios del Centro de Salud Maritza Campos Díaz.



### 1.3 JUSTIFICACIÓN

**Relevancia científica:** Los resultados obtenidos nos permitirán conocer el nivel de conocimiento que tienen las mujeres de 40 a 54 años, sobre climaterio y la actitud que adoptan sobre esto. De manera que se podrá implementar medidas preventivas de apoyo si fuese el caso.

**Relevancia social:** Si la mujer, esposo y familiares conocen los cambios que se producen en esta etapa, entonces la mujer climatérica tendrá el apoyo familiar, que es vital para mejorar el equilibrio emocional-afectivo de la mujer, y por lo tanto el personal de salud coadyuvará con medidas necesarias para que esto ocurra.

**Interés personal:** Temas como éste son muy poco promocionados y por lo tanto es función del Obstetra difundir las características fisiológicas y signos de alarma en las diferentes etapas de la vida de la mujer. Nuestro deber es promocionar el conocimiento científico de esta etapa.

**Contribución académica:** Esta información puede ser usada como banco de datos que nos permita tomar decisiones y medidas útiles en los diseños curriculares, satisfaciendo las necesidades de la población.

**Factibilidad:** Este tema es factible y accesible de realizar sin ningún problema, ya que se cuenta con una población muy colaboradora y por ende se puede aplicar el instrumento y realizar la investigación. Además el lugar de trabajo es cercano y se dispone del tiempo considerable para poderlo llevar a cabo. Así mismo está de acuerdo con las políticas actuales de salud.



## 2. OBJETIVOS

- Conocer el nivel de conocimiento de conceptos generales, etapas, signos y síntomas, factores que influyen y manejo terapéutico sobre el climaterio en mujeres de 40 a 54 años que asisten al Centro de Salud Maritza Campos Díaz. Abril 2015.
- Conocer la actitud sobre el climaterio en mujeres de 40 a 54 años que asisten al Centro de Salud Maritza Campos Díaz. Abril 2015.
- Establecer la relación entre nivel de conocimiento y la actitud sobre el climaterio en mujeres de 40 a 54 años que asisten al Centro de Salud Maritza Campos Díaz. Abril 2015.

### 3. MARCO TEÓRICO

#### 3.1 MARCO CONCEPTUAL

##### 1. CONOCIMIENTO

El conocimiento es una actividad esencial de los seres humanos para obtener nueva información, desarrollar su vida y obtener certeza de la realidad. El conocimiento es un conjunto de información que posee el ser humano, tanto sobre el escenario que lo rodea, como de sí mismo, valiéndose de los sentidos y de la reflexión para obtenerlo; luego lo utiliza como material para divisar las características de los objetos que se encuentren en su entorno, empleando generalmente la observación. Muchos expertos en el tema han clasificado varios tipos de conocimiento, entre ellos: el cotidiano, el revelado o el religioso, el filosófico y el científico; con los cuales se presentan distintas inclinaciones para ver la realidad. El conocimiento cotidiano se adquiere a través de la experiencia y el contacto con la vida; es un conocimiento razonable, meritorio y estimable. El conocimiento revelado y religioso proviene de las tradiciones y de las manifestaciones divinas; no admite dudas y no se puede poner a prueba: se cree en ellos por la fe. El conocimiento filosófico se adquiere a través de la reflexión metódica y sistémica; representa la búsqueda del conocimiento fidedigno respecto de las grandes verdades fundamentales de la vida y universo. El conocimiento científico se considera como una verdadera explicación de la realidad ya que es accesible a la observación constante y la enmienda apropiada.<sup>1</sup>

---

<sup>1</sup>Landeau R. Elaboración de trabajo de investigación [Internet]. 1ra ed. Venezuela: Alfa; 2007. [Citado 17 enero 2015]. pp. 1-2. Disponible en: <https://books.google.com.pe/books?isbn=9803542141>

## 2. CLIMATERIO

### 2.1 ETIOLOGÍA

Insuficiencia ovárica, donde el estrógeno valorado es  $< 20$  (pgr/ml). La menopausia natural es consecuencia de la atrofia total de los folículos ováricos (se reducen los niveles de estrógeno, aumenta la secreción de hormonas gonadotropinas hipofisarias (FSH y LH) como un mecanismo transitorio de compensación).<sup>2</sup>

La menopausia puede ser:

- Menopausia natural o espontánea: cuando aparece fisiológicamente entre los 45-55 años y no existen síntomas o éstos son leves.
- Menopausia artificial: Secundaria a tratamientos quirúrgicos, quimioterápicos o radioterápicos. Es susceptible de una mayor atención, pues suele presentar problemas y/o patologías con mayor frecuencia que la menopausia natural.
- Menopausia precoz: Cuando se produce antes de los 40 años (a efectos de valorar el riesgo de osteoporosis, se considera precoz antes de los 45 años) es considerada siempre patológica y por tanto, al igual que la menopausia quirúrgica, debe vigilarse especialmente.
- Menopausia tardía: Cuando se produce después de los 55 años.<sup>3</sup>

<sup>2</sup> Colegio Médico del Perú. Guía de práctica clínica y de procedimientos en Ginecología. [Internet]. 1ra ed. Perú; 2010. [Citado 17 enero 2015]. p.115. Disponible en: [http://www.cmp.org.pe/index.php?option=com\\_content&view=article&id=1153:guias-de-practicas-y-procedimientos-en-ginecologia&catid=70:guia-medica](http://www.cmp.org.pe/index.php?option=com_content&view=article&id=1153:guias-de-practicas-y-procedimientos-en-ginecologia&catid=70:guia-medica)

<sup>3</sup> Cárdenas Y. Climaterio empezar de nuevo. 1ra ed. Arequipa: 2013. pp. 54-55.



## 2.2 DEFINICIÓN

Del griego “klimater”, que significa escalón. Es el periodo de transición desde la etapa reproductiva hasta la no reproductiva en el que se van a presentar un conjunto de fenómenos que acompañan al cese de la función ovárica de la mujer.<sup>4</sup>

El climaterio es un periodo de la vida de la mujer en el que tiene lugar la desaparición de la función reproductiva e importantes cambios en la secreción de las hormonas sexuales, que condicionan modificaciones importantes no sólo en el tracto genital, sino en otros lugares del organismo. Es la época de la vida femenina en que se verifica la transición de la madurez sexual a la senectud. Definido así el climaterio, la menopausia es solo un signo más del conjunto de fenómenos que definen el climaterio, si bien es, sin duda, el más importante ya que el término menopausia significa la desaparición definitiva de la menstruación, es decir, la última menstruación.

Es preciso decir que las usuarias confunden ambos términos, empleando el término de menopausia para definir esa época de la vida en que, como consecuencia del cese de la función ovárica, se producen una serie de cambios físicos y psíquicos en el organismo femenino, algunos de los cuales puede alcanzar una dimensión patológica y requerir tratamiento.<sup>5</sup>

---

<sup>4</sup> Cornachione M. Psicología del desarrollo (Aspectos biológicos, psicológicos y sociales). [Internet]. 1ra ed. Córdoba: Brujas; 2006. [Citado 17 enero 2015]. p. 210. Disponible en: <https://books.google.com.pe/books?isbn=9874306025>

<sup>5</sup> Gómez D, López P, Castilla C et al. ATS/DUE del servicio Gallego de Salud: Temario específico. [Internet]. 1ra ed. España: MAD SL; 2006. [Citado 17 enero 2015]. p. 336. Disponible en: <https://books.google.com.pe/books?isbn=8466551204>



A pesar del aumento de la esperanza de vida en la mujer la cual supera actualmente a la del hombre, la edad de presentación de la menopausia no se ha modificado y continúa ocurriendo entre los 45 y 55 años de edad, con un promedio de 51 años.<sup>6</sup>

- El climaterio empieza cuando la mujer tiene sus primeros síntomas patológicos, regresión del tamaño de los genitales, sobre todo el útero, reglas escasas y sofocos.
- Otro criterio consiste en considerar climatérica a aquella mujer que aún menstruando con regularidad, pierde su fertilidad por hacerse anovulatoria o por presentar abortos precoces.
- El final del climaterio es más difícil aún, ya que muchos síntomas climatéricos se solapan con la involución senil, es decir que muchas mujeres tiene secuelas del climaterio sin ser ya climatéricas incluyendo en ello los diferentes factores.<sup>7</sup>

De acuerdo con las estimaciones de la Organización Mundial de la Salud, en 1974, la esperanza de vida en todo el mundo era de 55 años; para finales del siglo XX era de 65 años y las proyecciones sugieren que para el 2025 se acerque a los 70 años de edad. De acuerdo con estos datos, se calcula que para 2025, 20% de la población mundial tendrá 60 años de edad o más. De esta manera, en la actualidad la esperanza de vida en los países industrializados es de 75 años; casi 90% de las mujeres alcanzan la edad de 65 años y 30% los 80. Considerando que la edad promedio a la que se presenta la menopausia es de 50 años, la mayoría de las mujeres de estos países pasarán 30 a 35% de su vida en la pos menopausia y cada una de cada dos de ellas vivirá 30 años en estas condiciones. En las mujeres mexicanas la menopausia ocurre, en promedio, a los 49 años de

<sup>6</sup> Márquez A, Pacheco K. Programa educativo enfocado en la etapa del climaterio dirigido a mujeres en edades comprendidas entre 35 y 45 años que asisten a la consulta de Ginecología del Ambulatorio Norte dos Pilitas en la Pastora en el distrito Capital. [Tesis en internet]. Venezuela: Universidad Central de Venezuela; 2012. [Citado 17 enero 2015]. p. 23. Disponible en: <http://saber.ucv.ve/jspui/bitstream/123456789/1112/1/TESIS%20CLIMATERIO%20ALEXANDRA%20MARQUEZ%20KIMBERLY%20PACHECO.pdf>

<sup>7</sup> Ramos F. El climaterio. 1ra ed. Arequipa: 2005. p. 24.

edad. Varios padecimientos crónico-degenerativos como osteoporosis, enfermedad cardiovascular artero-esclerosa, atrofia genitourinaria y alteraciones neurológicas, originan en ellas deterioro de la calidad de vida e incremento en la morbi-mortalidad general.<sup>8</sup>

## 2.3 FISIOLÓGÍA Y FISIOPATOLOGÍA

- **Fisiología**

En el climaterio se producen cambios anátomo funcionales primarios de los ovarios, pero estudios recientes demuestran que con la edad se producen cambios a nivel hipotálamo-hipofisiario e incluso cerebral, que contribuye a la pérdida de los ciclos reproductivos y que son consecuencia del fallo ovárico. En las etapas de transición (premenopausia y menopausia) se pueden hallar concentraciones de las hormonas de la reproducción similares a las del periodo reproductivo. El ciclo ovárico se interrumpe porque se agota la reserva folículo génica, es decir porque los folículos primordiales se acaban. Al bajar los estrógenos se produce una pérdida del feedback negativo sobre el hipotálamo y las gonadotropinas. Los fenómenos clínicos como veremos más adelante tienen mucho que ver con el desequilibrio entre estradiol y gonadotropinas.

Las alteraciones encontradas en el climaterio son consecuencia del hipogonadismo presente a pesar de que después de la menopausia el ovario produce cantidades mínimas de estrógenos, pero grandes de andrógenos débiles (deshidroepiandrosterona y su forma sulfatada). Conforme avanza el climaterio se incrementa la relación estroma estradiol, además se aumenta la frecuencia de los ciclos anovulatorios y las concentraciones de progesterona sérica son significativamente menores a las vistas en mujeres en edad reproductiva. A nivel del sistema nervioso central, la carencia de

---

<sup>8</sup> Guías clínicas de diagnóstico y tratamiento servicio de Gineco Obstetricia. Climaterio. [Internet]. 1ra ed. [Citado 17 enero 2015]. p. 16. Disponible en: [http://www.hgm.salud.gob.mx/descargas/pdf/area\\_medica/gineco/guias\\_gineco/4\\_climaterio.pdf](http://www.hgm.salud.gob.mx/descargas/pdf/area_medica/gineco/guias_gineco/4_climaterio.pdf)

estrógenos disminuye la concentración de opioides hipotalámicos que tiene efecto inhibitorio sobre la secreción de GnRH (hormona liberadora de gonadotropina) la disminución de los opioides se asocia en la aparición de síntomas vasomotores. Los cambios en las endorfinas también afectan la producción de neurotransmisores como el ácido aminobutírico y la serotonina, estas alteraciones se han relacionado con la aparición de síntomas psicológicos en esta etapa.

Es importante saber que a partir de los 40 a 45 años, el ovario va perdiendo su capacidad de ovular y entra como en la etapa de degeneración a una fase fisiológica de ciclos anovulatorios quedando pocos primordios para la posible maduración. El ovario al envejecer progresivamente disminuye su peso y su tamaño conteniendo más folículos atrésicos en degeneración, la atresia se hace cada vez más intensa cuando el ovario envejece y llega un momento en que faltando los elementos básicos del ciclo, que son los folículos primordiales, el ciclo termina y el ovario se queda sin secreción, por consiguiente sin ciclo. Al no madurar folículos no hay estrógenos ni inhibina y al no formarse cuerpos amarillos no hay progesterona. Pero el tejido intersticial, fibroso, sigue siendo muy abundante y excitado por la LH (hormona luteinizante), que ahora está aumentada y forma andrógenos, el ovario climatérico deja de formar estradiol y progesterona pero forma testosterona y androsterona.<sup>9</sup>

- **Fisiopatología**

Las patologías que se presentan por los cambios fisiológicos empiezan a manifestarse en la mujer climatérica afectando su ritmo y calidad de vida.

Al desaparecer la ovulación y la menstruación se producen cambios en la vagina, tejido vulvar y en las mamas. Entonces los ciclos

---

<sup>9</sup> Ramos F, Op. Cit., pp. 29-31.



menstruales se hacen irregulares con disminución del flujo o con hipermenorrea disminuyendo la fertilidad. El síntoma más frecuente es la inestabilidad vasomotora o más conocida como sofocos siendo la causa de este síntoma un poco desconocida aunque sabemos que se producen con más frecuencia por las noches. El descenso de los estrógenos provoca atrofia de los tejidos que afectan a la vagina, vulva, uretra y piel en general.<sup>10</sup>

## 2.4 ETAPAS

- Pre menopausia

Comprende desde el inicio de los síntomas climatéricos hasta la menopausia. Se caracteriza clínicamente por alteraciones de la menstruación que afectan a su ritmo, intensidad y duración. El paulatino descenso hormonal hasta el cese de la producción ovárica de estrógenos, puede producir la más variada sintomatología, tanto en las áreas psíquicas como en las somáticas presentándose sofocos, sudores, palpitaciones, cefaleas, obesidad, nerviosismo, insomnio, pérdida de memoria, cambios de humor, tendencia a la depresión e irritabilidad.<sup>11</sup>

Periodo de meses o años que precede al cese definitivo de la menstruación. Comienza a los 40 o 45 años aproximadamente.<sup>12</sup>

- Peri menopausia

Considerada como la verdadera etapa de transición. La peri menopausia es la etapa que va desde el final de la pre-menopausia hasta un año después de la menopausia. Suele durar de 3 a 5 años.

<sup>10</sup> Ramos F, Op. Cit., pp. 32-33.

<sup>11</sup> Ramos, Op. Cit., p. 26

<sup>12</sup> R.M. Laura y S.B. Miriam. Fases del climaterio. [Internet]. 2011. [Citado 8 marzo 2015]. p. 3. Disponible en: <http://climateriomenopausia.blogspot.com/p/fases-del-climaterio.html>



Comienza con la aparición de alteraciones menstruales y endocrinas.<sup>13</sup>

- Menopausia

Es el cese definitivo de las menstruaciones. Solo puede determinarse retrospectivamente tras la ausencia de regla durante 12 meses consecutivos.<sup>14</sup>

Edad promedio de 46- 55 años, es el término médico que designa la fecha de la última menstruación en la vida de la mujer, la palabra deriva del griego "mens" que quiere decir mensualmente y "pauis" que significa cese. La menopausia es un proceso natural del envejecimiento debido a la menor producción de hormonas, estrógenos y progesterona que se acompaña de la pérdida de la capacidad productiva.<sup>15</sup>

- Pos menopausia

Es la etapa que se inicia después de 12 meses de interrupción definitiva de las menstruaciones y termina con el comienzo de la senectud.<sup>16</sup>

Sin embargo, actualmente tiende a considerarse como posmenopausia temprana al periodo de los 5-10 primeros años después de amenorrea, y como pos menopausia tardía a partir de los 10 años sin regla.<sup>17</sup>

<sup>13</sup> Ídem.

<sup>14</sup> Jaramillo C. Etapas del climaterio. [Internet]. 2009. [Citado 8 marzo 2015]. Disponible en: <http://www.ginecobstetra.com/menopausia/index-1.html>

<sup>15</sup> Navarro D. Síndrome Climatérico: Su repercusión social en mujeres de edad Mediana. Rev. Cubana. Obstetricia y Ginecología. 2002; 27(21): 22-7

<sup>16</sup> R. Laura, S. Miriam. Loc. cit.

<sup>17</sup> Jaramillo C. Loc. Cit.

Los problemas que pueden presentarse son la osteoporosis, artromialgias, insomnio, cambios psicológicos, dislipidemia, sobrepeso y obesidad.<sup>18</sup>

## 2.5 SIGNOS

Además de los cambios en el ciclo menstrual, los principales signos del comienzo del proceso menopáusico son los bochornos y sudoración nocturna. Algunas mujeres también experimentan sequedad vaginal.<sup>19</sup> Según la incidencia de motivos de consulta en el Centro de Salud Maritza Campos Díaz se resume que los principales signos de consulta en este periodo de vida son:

- Bochornos
- Depresión.
- Caída de cabello
- Poliuria
- Hipotrofia vaginal

## 2.6 SÍNTOMAS Y SIGNOS

- **Síntomas y signos vasomotores**

Son los síntomas más clásicos de la deficiencia de estrógenos; 70 a 80% de las pacientes en el climaterio sufren de bochornos; suelen hacerse muchos más intensos cerca de la menopausia, cuando los niveles de estrógenos decrecen rápidamente. Se les describe como periodos transitorios y recurrentes de enrojecimiento facial, que pueden extenderse al cuello, a los hombros y a la parte superior del tórax, asociados a sudoración y sensación de calor (que puede ser con

<sup>18</sup> Ramos F. loc. Cit.

<sup>19</sup> Asili N. Vida plena en la vejez. [Internet]. 2º ed. México: Pax; 2006. [Citado 26 febrero 2015]. p. 133. Disponible en: <https://books.google.com.pe/books?isbn=9688607126>

elevación de temperatura de 1 a 2 grados), que se acompañan a menudo de palpitaciones y sensación de ansiedad. En ocasiones, van seguidos de escalofríos; cuando ocurren de noche, pueden perturbar el sueño. Ocurre en promedio de 5 a 10 episodios por día. Después de la menopausia quirúrgica, los episodios suelen ser más frecuentes e intensos.

- **Síntomas psicológicos (Depresión, insomnio, alteración de conciencia, alteración de memoria, vértigo, ansiedad, irritabilidad, disminución de la libido)**

Si bien se reconoce que todos los cambios relacionados a la falla ovárica primaria van a ser productos de procesos naturales, esto afecta mucho las mujeres, ya que algunas lo relacionan con pérdida de su juventud, de su feminidad, contribuyendo a causar ansiedad e incertidumbre. Se ha planteado que las hormonas producidas por el ovario, como los estrógenos, la progesterona y la testosterona, tienen influencia en el cerebro, activando procesos complejos a través de los neurotransmisores. Si bien estos procesos no están completamente clarificados, se plantea que la deficiencia de estrógenos va a alterar los niveles de catecolaminas (dopamina y norepinefrina), acetilcolina y monoamino oxidasa, a nivel del sistema nervioso central, y con ello condicionar las alteraciones del humor, del estado de ánimo, la memoria, así como de la libido en la mujer. Sin embargo, se reconoce también que aquí intervienen mucho otros factores, como los culturales, sociales, ambientales y psicológicos, que van a hacer que todas las manifestaciones del climaterio y la menopausia se vuelvan complejos y variados. En la actualidad, muchos estudios fallan en demostrar esta asociación.



- **Síntomas y signos osteomusculares (dolor osteomuscular, lumbalgia, osteopenia, osteoporosis)**

Se conoce mucho de la asociación entre el climaterio, la menopausia y la aparición de síntomas osteomusculares, como dolor, cansancio y agotamiento muscular. Sin embargo, su relación no está claramente explicada. Lo que sí es claro es que antes de la menopausia la tasa de pérdida del tejido óseo total por año es menor al 1%; sin embargo, después de ella, esta tasa se incrementa hasta 5% por año. Este cambio está francamente relacionado a la deficiencia de estrógenos. Si bien la osteoporosis es de causa multifactorial, la falta de estrógenos es un condicionante muy importante.

- **Síntomas y signos Cardiovasculares (palpitaciones, dolor precordial, disnea y enfermedad coronaria)**

Las enfermedades cardiovasculares, entre ellas la arteriopatía coronaria y la enfermedad vascular cerebral, son un problema de salud pública hoy en día; producen más de 50% de todas las defunciones en EE UU, en las mujeres mayores de 50 años. Uno de los factores de riesgos cardiovasculares más reconocidos después de la menopausia es el hipoestrogenismo. Aunque la hipoestrogenemia es al parecer un factor de primer orden que contribuye a la enfermedad cardiovascular en la mujer, otros riesgos modificables, como la hipertensión, el tabaquismo, la diabetes, la hipercolesterolemia, el sedentarismo, pueden tener la misma importancia. Al caer los estrógenos, se eleva el colesterol de densidad baja LDL (lipoproteína de baja densidad) y disminuye el colesterol de densidad alta HDL (lipoproteína de alta densidad); esto favorece la formación de las placas de ateroma y la progresión de la aterosclerosis coronaria; con ello, las enfermedades cardiovasculares se incrementan en forma sustancial.

- **Síntomas y signos genitourinarios (Hemorragia anormal, alteración menstrual, sangrado posmenopáusico, sequedad vaginal, dispareunia, molestias urinarias, distopia genital, infertilidad)**

Más de 50% de las mujeres durante el climaterio tiene alteraciones menstruales (polimenorrea, hipomenorrea, hipermenorrea, oligomenorrea). La hemorragia puede llegar a ser irregular, intensa y/o prolongada, siendo necesario el descarte de patología orgánica, para el tratamiento adecuado. De especial importancia, es el sangrado posmenopáusico, en el cual siempre debe descartarse patología endometrial, sobre todo cáncer de endometrio. La vejiga y la vagina son órganos muy sensibles a los estrógenos; su deficiencia produce atrofia en ambos tejidos. En la vagina, se manifiesta con adelgazamiento, sequedad, prurito, dolor y dispareunia; en la vejiga y uretra, se manifiesta por disuria, poliaquiuria, urgencia urinaria, nicturia y algunas veces incontinencia urinaria; todos estos cambios predisponen a infecciones urinarias. La atrofia vaginal es un trastorno tardío de la deficiencia de estrógenos; 33% de las pacientes sufre de atrofia sintomática a los cinco años de iniciada la menopausia. Por otro lado, la pérdida de elasticidad de los tejidos del piso pélvico se traduce en distopia genital (histerocele, cistocele, enterocele, rectocele). Otros cambios en el aparato genital son la reducción del tamaño del útero, del endometrio y de los ovarios.

- **Modificaciones en la piel (adelgazamiento, sequedad, arrugas)**

Al disminuir las fibras colágenas y elásticas en la piel, se vuelve más fina y frágil, perdiendo elasticidad y firmeza; la epidermis se adelgaza, aumenta la pérdida de agua y disminuye el número de vasos sanguíneos; todo esto se traduce en arrugas. Se puede presentar pérdida de cabello, del vello axilar y pubiano. Sin embargo, debido al

predominio relativo de andrógenos, estos pueden ser reemplazados por pelos más gruesos.<sup>20</sup>

Según los reportes de la principal sintomatología de las pacientes en esta etapa de vida en el centro de Salud Maritza Campos Díaz son:

- Dispareunia
- Irritabilidad
- Disminución del deseo sexual
- Dolores osteomusculares
- Palpitaciones

## 2.7 FACTORES QUE INFLUYEN EN EL CLIMATERIO

Los factores que determinan el climaterio son diversos existiendo unos que afectan directamente y unos indirectamente al inicio o retraso de la menopausia y el climaterio. Es importante mencionar que respecto al inicio precoz de la menarquía, no se ha establecido relación de la aparición prematura de la menopausia

Algunos factores que mencionan los autores son:

- Herencia familiar
- Tipo de alimentación
- Hábitos tóxicos
- Paridad
- Toma de anovulatorios
- Obesidad y enfermedades graves

Como factor principal, hoy en día, cabe destacar que las mujeres con un adecuado estilo de vida (mejor higiene, cuidado en su alimentación, ejercicios adecuados) tienen la menopausia más tarde.

<sup>20</sup> Pichilingue S. Climaterio y Menopausia: Epidemiología y fisiopatología. Rev. Peruana Ginecología Obstetricia. [Internet]. 2008. [Citado 17 enero 2015]. (54): pp. 75-77. Disponible en: [http://sisbib.unmsm.edu.pe/bvrevistas/ginecologia/vol54\\_n2/pdf/a03v54n2.pdf](http://sisbib.unmsm.edu.pe/bvrevistas/ginecologia/vol54_n2/pdf/a03v54n2.pdf)



Independientemente de los factores mencionados existe otra clasificación dado que considera más específica.

**a) Ejercicio físico:**

Se piensa que este factor influye en el adelanto de la menopausia debido a un fenómeno de hiperprolactinemia, estimulado por un aumento de opioides endógenos. Así pues, se ha pensado que trabajos agotadores adelantan la menopausia, no así el ejercicio moderado y adecuado.

El ejercicio aislado tiene un efecto modesto sobre el peso, pero mejora los factores de riesgo cardiovascular incluyendo lípidos, presión arterial y glicemia, y además protege contra la osteoporosis y la menopausia temprana.

**b) Embarazos anteriores:**

Se ha observado una relación entre la multiparidad y la menopausia tardía. Se ha visto mujeres con gestaciones por encima de los 40 años tienen la menopausia más tarde, y por esto se explica porque las grandes multíparas como las mujeres que son fértiles hasta edades tardías, tienen ovarios muy bien desarrollados y con una fuerte reserva folicular.

**c) Soltería:**

Parece que las solteras tienen la menopausia algo más temprano que las casadas independientemente de número de hijos de las últimas, se relaciona con los cambios endocrinos producidos durante el embarazo.

**d) Acción de los contraceptivos:**

Se demostró que a mujeres que ingieren esteroides contraceptivos durante largos periodos de tiempo presentan sus ovarios no solo una

falta de maduración folicular, sino también una aceleración de las atresias.

**e) Tabaco:**

Las grandes fumadoras parecen tener facilidad para la insuficiencia ovárica y posteriormente un fallo ovárico precoz.<sup>21</sup>

El tabaquismo está asociado a efectos antiestrogénicos con diversas repercusiones. Diversos estudios han mostrado que el tabaco se asocia a un incremento del riesgo de sofocos en las personas que han fumado o que fuman. Esta constatado que en las fumadoras es mayor la incidencia de la menopausia precoz, ellas suelen tener la menopausia tres años antes de lo normal, ya que favorece la inactivación de los estrógenos por activación de la hidroxilación hepática. El cigarrillo agrava el riesgo de adquirir enfermedades por deficiencia de estrógeno, como osteoporosis fisiológico, teniendo mayor riesgo a la exposición de fracturas óseas, tanto vertebrales, como del hueso fémur. Y así las mujeres sufren cambios provocados por procesos difíciles de separar.<sup>22</sup>

## 2.8 MANEJO TERAPÉUTICO

Es importante que cada mujer se informe sobre las alternativas que existen y los efectos secundarios de cada terapia y que, junto con su ginecólogo, tome la decisión que más le convenga sobre la base en un estudio individualizado.

<sup>21</sup> Ramos F, Op. Cit., pp. 34-35

<sup>22</sup> Lecca S, Pinchirumy N. Relación entre nivel de conocimiento y la actitud frente al climaterio en mujeres atendidas en el Hospital II-2-Tarapoto. Periodo Junio-setiembre 2012. [Tesis en internet]. Perú: Universidad Nacional de San Martín; 2012. [Citado 16 ene 2015]. p. 20. Disponible en: [http://www.unsm.edu.pe/spunsm/archivos\\_proyextox/archivo\\_108\\_Binder1.pdf](http://www.unsm.edu.pe/spunsm/archivos_proyextox/archivo_108_Binder1.pdf)

- **Tratamiento hormonal**

La terapia hormonal es la denominación que asumimos para señalar los diferentes procedimientos hormonales que se aplica a las mujeres que se encuentran en la etapa del climaterio. Se utilizará en las diferentes etapas, es decir desde la pre menopausia, menopausia y pos menopausia. En vista de ello se puede indicar diferentes formas, vías y modos de administración, dependiendo de las diferentes necesidades que tenga cada una de las mujeres en cada una de las etapas del climaterio.

La terapia hormonal alivia los síntomas vasomotores, es decir los bochornos o sofocos, sudoraciones, cambios en el carácter, dolores articulares, cefaleas, palpitaciones, insomnio, etc. Asimismo, la prevención de problemas crónicos es otra tarea de esta forma de tratamiento de tal forma que la atrofia de piel, mucosas, atrofia urogenital, osteoporosis son de importancia.

Hoy en día a la luz de los conocimientos vertidos en los últimos años, tendremos que ser cautos en la utilización de la TH (terapia hormonal) para la prevención de patología cardiovascular, con la administración de estrógenos equinos conjugados 0.625 mg con acetato de medroxiprogesterona 2.5 mg por vía oral y en forma continua para las mujeres que tienen útero, pues el riesgo aumentaría en el primer año. El rol que tiene el estradiol en otras vías de administración aún no se ha podido destacar en la patología cardiovascular.

- **Estrógenos**

La dosis de estrógeno debe ser la menor que alivie la sintomatología vasomotora, evita la pérdida ósea y previene la atrofia urogenital. La dosis puede ser ajustada aproximadamente a los 3 meses dependiendo de la respuesta sintomática. Los estrógenos a través de diferentes mecanismos inhiben el desarrollo



de lesiones iniciales de la arteriosclerosis pero incrementan el riesgo de daño una vez que la arteriosclerosis se ha establecido.

#### - **Progestágenos**

Su uso está dado fundamentalmente en las mujeres que tienen útero a fin de tener un efecto protector en el endometrio evitando la hiperplasia atípica y cáncer de endometrio. Uno de los problemas que puede generar su uso es que puede disminuir los efectos benéficos de los estrógenos pues tiende a elevar la LDL (lipoproteína de baja densidad) y a bajar el HDL (lipoproteína de alta densidad). Debemos de recordar que el uso de los progestágenos sólo tendrá por acción proteger al útero de problemas hiperplasias endometriales y cáncer de endometrio. Otros problemas a tener en cuenta es que el uso de estos productos pueden generar pequeños sangrados a maneras de gotas hasta hemorragias con coágulos incluso, por lo que su uso será a demanda, pudiendo usarse 10 días al mes o en forma continua. Se describe utilización cada seis meses.

#### - **Andrógenos**

Al paso de los años la producción de los andrógenos presenta una disminución que se hace más evidente en la mujer cuando entra a la menopausia. Uno de los principales andrógenos, la dehidroepiandrosterona disminuye cerca de un 75% y luego de aproximadamente 5 años de cesado la regla la testosterona disminuye. El reemplazo con estrógenos-andrógenos dados en forma combinada viene ganando cada día más aceptación, dado fundamentalmente en las pacientes ooforectomizadas, las cuales presentan un cese abrupto de este grupo de hormonas, las cuales se ven afectadas. Alivia y mejora los síntomas vasomotores como los bochornos, sudoraciones, mejora tremendamente la libido, eleva la densidad mineral ósea, mejora la masa muscular. Se reporta en

algunos casos la mejoría de la depresión por déficit hormonal. También reducen los niveles de colesterol total, triglicéridos y colesterol HDL (lipoproteína de alta densidad). Los beneficios de los estrógenos sobre el aparato cardiovascular no disminuyen por los andrógenos. Aún no se conoce la dosis óptima de andrógenos a ser utilizada. La dehidroepiandrosterona mejora la citología vaginal, pero no tiene influencia sobre el endometrio; disminuye la glicemia e insulinemia en ayunas y se ha descrito un efecto inmunoestimulante.

#### **- Uso de anticonceptivos en la peri menopausia**

Uno de los problemas terapéuticos que suelen presentarse es el tratamiento de los problemas de la peri menopausia es que muchas veces la paciente presenta problemas de irregularidades menstruales por lo que los anticonceptivos orales son usados con propósitos no contracepcionales. La utilización de AO (anticonceptivos orales) de baja dosis es a veces electiva para los sangrados uterinos anormales. Estos medicamentos servirán tanto para la protección de embarazos y para los síntomas relacionados al climaterio, tales como los bochornos, sudoraciones, insomnio y cefalea, entre otros. Debemos de recordar que los AO (anticonceptivos orales) de baja dosis dan cantidades de hormonas mucho más altas que las que se dan en los esquemas convencionales de terapia hormonal (TH/TE).

#### **- Terapia estrogénica y terapia hormonal**

Los esquemas terapéuticos farmacológicos clásicos son divididos en dos categorías fundamentalmente:

**Terapia estrogénica sin oposición:** Denominada TE es usada fundamentalmente para las mujeres sin útero, salvo que la pérdida del útero se haya debido a endometriosis.

**Terapia estrogénica con progestágenos:** Llamada TH, es dada cuando el útero está intacto o sin útero debido a endometriosis. La utilización de los progestágenos es para reducir el riesgo de adenocarcinoma endometrial, el cual eleva considerablemente cuando se da TE sin oposición.

TE (terapia estrogénica) y TH (terapia estrogénica con progestágenos) son de gran importancia para las mujeres con menopausia prematura (menores de 40), o la inducida por intervención médica o quirúrgica, para tratar los síntomas específicos de la deficiencia estrogénica así como la prevención de algunas enfermedades como la osteoporosis. Sus vías de administración son diversas y su empleo dependerá de las características individuales de cada persona y de la búsqueda de optimizar su uso en cada paciente.

- **Tratamientos alternativos**

La eficacia y seguridad de medicinas alternativas complementarias no ha sido demostrada y se necesitan estudios futuros. Los inhibidores selectivos de la captación de serotonina, los inhibidores selectivos de la captación de noradrenalina y la gabapentina, son eficaces para reducir los síntomas vasomotores en estudios de corto plazo. Su seguridad a largo plazo requiere de mayor evaluación. No hay razones médicas ni científicas para recomendar hormonas bio idénticas no registradas. La medición de niveles hormonales en la saliva no es clínicamente útil.<sup>23</sup>

- **Hierbas Medicinales**

La medicina naturista con plantas, o fitoterapia conoce numerosos vegetales que se pueden utilizar de forma especial para conseguir

---

<sup>23</sup> Sociedad Peruana del Climaterio. Guía de práctica clínica sobre climaterio y menopausia. 1ra ed. Perú; Revistas Peruanas SAC; 2008. pp. 89-96.



un equilibrio del déficit hormonal que provoca el climaterio. Suponen una buena alternativa para todas aquellas mujeres que padecen trastornos climatéricos y no quieren someterse a una terapia de complemento hormonal, o aquellas que no puedan soportar las contraindicaciones del tratamiento, tras hablar con su médico y de acuerdo a sus circunstancias particulares, pueden decidirse por la opción que les ofrece el tratamiento con sustancias vegetales medicinales. La aplicación de las plantas medicinales que a continuación se describen proporcionará unos apreciables resultados en cuanto al alivio de los trastornos provocados por el climaterio.

- Cardo santo-cardo bendito (*carduus benedictus*)
- Angélica china-Dong quai (Angélica *sinensis*, Angélica *acutiloba*)
- Agnocasto-ajerobo-sauzgatillo (*Vitex agnus castus*)
- Zarzaparrilla-uva de perro (*Smilaxutilis*)
- Ginseng (*panax ginseng*)
- Regaliz-paloduz-oro-zuz (*Glycyrrhiza glabra*)
- Cimicífuga racemosa (Black cohosh)

Las plantas medicinales activadoras de las hormonas contienen sustancias que nuestro organismo asimila, a menudo, mejor que los medicamentos sintéticos, pero; por el contrario, también pueden actuar sobre los mecanismos corporales en formas que, en ciertas ocasiones, pueden resultar imprevisibles para los profanos. Por este motivo se debe renunciar inexcusablemente a la automedicación. Lo mejor es remitirse a un homeópata especializado, que podrá decidir cuál es el remedio adecuado para cada caso en particular. Las hormonas naturales pueden ser muy beneficiosas en el caso de algunos trastornos del climaterio, pero también existen otros cuadros clínicos que pueden verse afectados negativamente por la ingestión de estrógenos; entre ellos se

pueden citar los miomas, los quistes en los ovarios o los tumores hormonalmente condicionados. Para un mayor margen de seguridad, lo mejor es consultar al médico.<sup>24</sup>

- **Estilos de vida saludables en el climaterio**

La Sociedad Internacional de Menopausia y la Asociación Española para el Estudio de la Menopausia, menciona el decálogo para un climaterio y menopausia saludable:

1. Una dieta adecuada para evitar el exceso de peso y la obesidad: limitar la ingesta de grasa animal, comer varias piezas de fruta al día y consumir una adecuada cantidad de verduras. Además, es también necesario ingerir 1.000 mg de calcio al día mediante el consumo de productos lácteos; además, la vitamina D es crucial para la absorción, fortalecer el hueso y evitar las caídas.
2. La actividad física es importante para conseguir beneficios cardiovasculares, como la mejora de otras funciones vasculares, y ayuda a mantener la fuerza del músculo, la densidad mineral ósea y a evitar caídas.
3. Evitar los hábitos tóxicos, como fumar o ingerir cantidades excesivas de alcohol y cafeína.
4. Participar de forma activa en el manejo de la salud. Para ello, se debe tener amplia información sobre trastornos asociados a esta etapa de la vida, tratamientos disponibles, etcétera, y elegir de forma individualizada con el asesoramiento del ginecólogo las opciones terapéuticas más útiles en caso de que sean necesarias.
5. La principal causa de mortalidad tras la menopausia es la enfermedad cardiovascular. Pacientes con alto riesgo deberían modificar su estilo de vida y tratar sus factores de riesgo.

<sup>24</sup> Ulla H. La Menopausia. Guía práctica supera los desafíos físicos y psicológicos. [Internet]. 1ra ed. Barcelona: Robinbook; 2009. [Citado 16 2015]. pp. 41-47. Disponible en: <https://books.google.com.pe/books?isbn=8479279885>

6. El cáncer de mama es el cáncer más prevalente en la mujer española. Además de las mamografías, se debe hacer un esfuerzo para fijar el riesgo individualmente y actuar de forma precoz sobre él.
7. Evaluar la densidad mineral del hueso en la mujer posmenopáusica menor de 65 años con alguno de estos factores de riesgo: tener un familiar de primer grado con la enfermedad, haber tenido fracturas, índice de masa corporal por debajo de 20, obesidad, fumar o haber recibido tratamientos con corticoides. El tratamiento farmacológico está recomendado en mujeres que tengan dos o más factores de riesgo.
8. Es muy importante que la mujer afronte este periodo con una actitud positiva. El final del ciclo menstrual no debe hacerla sentir mal. Por el contrario, se inicia un periodo en su vida y no debe dejar pasar esta oportunidad para llenarse de vitalidad y experiencia.
9. Una vida sexual satisfactoria y una buena relación con la pareja es un importante factor de apoyo durante la menopausia.
10. Mantener la calidad de vida y el bienestar debe ser el principal objetivo de los especialistas relacionados con la salud de la mujer y de la propia mujer.<sup>25</sup>

### 3. ACTITUD

#### 3.1 CONCEPTO

Es un sentimiento sobre algo o hacia algo, o bien una reacción mental y emocional ante circunstancias, personas u objetos. Entendemos por actitud una predisposición aprendida, no innata y estable aunque puede cambiar, a reaccionar de una manera valorativa, favorable o desfavorable, ante un objeto (individuos, grupos, ideas, situaciones,

<sup>25</sup> Jano, es. [Internet]. Madrid: Elsevier; 2008. [Citado 16 enero 2015].disponible en: <http://www.jano.es/noticia-octubre-mes-mundial-menopausia-4256>



etc). Desde la perspectiva que más nos interesa, orientada a la medición de actitudes, destacamos que las actitudes están referidas hacia algo, hacia un objeto específico.<sup>26</sup>

### 3.1.1 Componentes de la actitud

Se considera a la actitud también como “tridimensional”.

Se detallan a continuación:

- **Componente afectivo:** Emociones que provoca el objeto actitudinal de agrado o desagrado.
- **Componente Cognitivo:** Creencias, información que se tiene sobre el objeto actitudinal.
- **Componente conductual:** Intenciones de conducta, disposición a comportarse de una determinada manera respecto al objeto actitudinal. Las conductuales estarían en función de las cogniciones y emociones.

### 3.1.2 Tipos de actitud

La actitud puede ser

- **Actitud positiva (adecuada):** Se manifiestan en predisposiciones efectivas acordes a las circunstancias.
- **Actitud negativa (inadecuada):** Se manifiestan en relación a un desacuerdo con las experiencias.
- **Actitud neutral:** Se manifiestan con una especie de indiferencia.<sup>27</sup>

<sup>26</sup> Morales P. Medición de Actitudes en Psicología y Educación. [Internet]. 3º ed. España: Univ. Pontificia Comillas; 2006. [Citado 16 ene 2015].p. 24. Disponible en:

<https://www.google.com.pe/search?hl=es&tbo=p&tbm=bks&q=isbn:8484681904>

<sup>27</sup> Salas J. Relación del nivel de conocimiento con la actitud hacia el climaterio y menopausia. C.S Ciudad Nueva. Tacna - junio 2005. [Tesis en internet]. Perú: Universidad Católica de Santa María; 2008. [Citado 21 mayo 2015]. pp. 59- 60. Disponible en:

[http://cybertesis.ucsm.edu.pe/bibl\\_virt/tesis.php?href=at/2008/salas\\_rj/html/index-frames.html&codtesis=A2.0617.MG](http://cybertesis.ucsm.edu.pe/bibl_virt/tesis.php?href=at/2008/salas_rj/html/index-frames.html&codtesis=A2.0617.MG)

### 3.2 LA IMPORTANCIA DE LA ACTITUD DEL CLIMATERIO

Las actitudes hacia la menopausia reflejan las ideas generales sobre la mujer y el envejecimiento, con dos planteamientos contrapuestos: una opinión positiva, en la que destaca su carácter de normalidad y los factores favorables que se derivan de ella, y otra negativa, que hace hincapié en la menopausia como un indicador del inicio del envejecimiento y punto de partida de un deterioro que se concreta en la pérdida de capacidades.

Estas actitudes tienen un papel clave en como la mujer vive esta etapa. Una visión más o menos positiva puede estar relacionada con la existencia de más o menos trastornos durante este periodo. Las actitudes hacia la menopausia difieren en función de la edad. Las mujeres más jóvenes tienen un pensamiento más negativo que las mujeres de mayor edad.<sup>28</sup>

Los profesionales de salud y entre ellos los de Obstetricia, conscientes de que la mujer durante el climaterio experimenta cambios físicos y psicológicos trascendentes en su conducta y su relación con los demás, debe realizar acciones preventivo promocionales para orientar la actitud de la mujer frente al climaterio logrando establecer una actitud positiva frente a esta etapa de vida.<sup>29</sup>

---

<sup>28</sup> Arnedillo M, Pozo F, Zarazaga M. Grado de información y actitudes de las mujeres pre menopáusicas sobre el climaterio. Rev. Matronas Prof. [Internet]. 2005. [Citado 16 enero 2015]; 2(5): p. 36. Disponible en: <http://www.federacion-matronas.org/revista/matronas-profesion/sumarios/i/7612/173/grado-de-informacion-y-actitudes-de-las-mujeres-premenopausicas-sobre-el-climaterio>

<sup>29</sup> Lavado F. Influencia del entorno familiar y laboral en relación a la autoestima de la mujer climática en el Hospital I Luís Albrecht Es Salud. [Internet]. Trujillo: 2007[Citado 17 enero 2015]. p. 1. Disponible en: <http://www.monografias.com/trabajos55/climaterio/climaterio.shtml>

**Testimonio de una activista pro difusión del climaterio:**

*"Una actitud positiva en la época del climaterio que nos lleve a aprovechar nuestra época de cambios se ve por desgracia, a menudo entorpecida por los síntomas típicos de la menopausia. No somos viejas en absoluto, estadísticamente hablando, todavía estamos en ¡el mejor momento de la vida! Nos queda un montón de tiempo por delante para hacer cosas. Así que ¿por qué deberíamos renunciar durante algunos años a una vida maravillosa solo porque sufrimos sofocos, depresión, cambios de humor, sequedad de la piel, insomnio u otros síntomas de la menopausia? La actitud hacia el climaterio, en mi opinión, implica hasta qué punto nosotras nos ponemos impedimentos y limitaciones a nuestras inquietudes. Somos libres para relajarnos y para enfrentarnos a la vida. No depende todo de la menstruación, para ser mujer. No tenemos que sufrir y hacer frente a lo mismo que nuestras abuelas, que se quedaban en casa sufriendo en silencio. Por el contrario: la generación de más de 50 no solo se ha vuelto más interesante y tiene más confianza en sí misma sino que también es interesante como consumidor; por ejemplo hay muchos cursos en asociaciones de vecinos o en ayuntamientos específicos para este grupo de edad. Y con una dieta saludable, con un mayor descanso, y más ejercicio uno puede ahorrarse muchas molestias causadas por el climaterio. Si es necesario, nos dejaremos aconsejar por una dietista que nos aconsejará una dieta rica en nutrientes ideales necesarias de fitohormonas, aminoácidos, minerales y vitaminas. Y si esto parece demasiado complicado o engorroso, de forma alternativa, podemos tomar un suplemento nutricional adecuado. Una dieta apropiada a nuestra edad previene la obesidad y proporciona al cuerpo estresado todo lo que necesita; incluso la osteoporosis se puede prevenir con antelación. El deporte y el calcio ayudan a fortalecer los huesos. Y para la psique son buenas las charlas con viejas amigas, que ayudan más que cualquier terapia antidepresiva. Contra casi cada dolencia*



*existe una hierba o planta medicinal. Nuestros cuerpos responden positivamente a cualquier alivio o apoyo. Para él, el esfuerzo de los cambios hormonales supone un sobre esfuerzo, aunque haya veces que no lo notemos, se adapta y aprende a vivir con la nueva circunstancia. Nosotras vamos sencillamente a ayudar al cuerpo ¡al cambio! (ROSAS,)"<sup>30</sup>*

Las actitudes que tienen las mujeres frente a la etapa del climaterio y todo lo que corresponde, predispone a que éstas mujeres desarrollen una cierta conducta, que cuenta con una base cognitiva y componente emocional el que puede ser de alta o baja intensidad; lo cual determinará el comportamiento de éstas mujeres frente a la sociedad, es de mucha importancia que la familia tenga conocimiento sobre los cambios que se dan en el climaterio, para que la mujer climatérica tenga apoyo emocional y comprensión por parte de sus seres queridos.<sup>31</sup>

### 3.3 FORMAS DE MEDIR LA ACTITUD

#### Medición de las actitudes

Si vamos a medir una actitud, debemos hacerlo explícita o implícitamente. Algunas formas de medición de las actitudes pueden ser bastante explícitas: en ocasiones, solo se pide a la gente que coincida o no con diversas afirmaciones acerca de sus creencias u opiniones.<sup>32</sup>

Para medir la actitud lo hacemos por medio de escalas, estas son técnicas de medición de la cantidad de una propiedad, poseída por un conjunto de personas. Una escala, como instrumento de recolección de información, es un cuestionario estructurado con un conjunto de preguntas presentadas

<sup>30</sup> Rosas R. Mi vida con la menopausia. [Internet]. España. [Citado 16 enero 2015]. Disponible en: <http://www.miqueridamenopausia.com/anos-de-cambio/>

<sup>31</sup> Lecca S, Pinchirumy N, Op. Cit., pp. 34-35.

<sup>32</sup> Hogg M, Vaughan G, Haro M. Psicología Social. [Internet]. 5 ° ed. España. Editorial Médica Panamericana, 2010. [Citado 16 ene 2015]. p. 177. Disponible en: <https://books.google.com.pe/books?isbn=8498352274>

en la forma de proposiciones ante las cuales se pide la reacción de los entrevistados.

Técnica de autoapreciación

- Escala de Bogardus
- Escala de Guttman
- Escala de Likert o Método de las tasaciones sumadas
- Escala de Thurstone
- Escala de diferencia semántico

### 3.3.1 ESCALA DE LIKERT

Es un tipo de instrumento de medición o de recolección de datos que se dispone en la investigación social para medir actitudes, es decir, que se emplea para medir el grado en que se da una actitud o disposición de los encuestados sujetos o individuos en los contextos sociales particulares. Consiste en un conjunto de ítems bajo la forma de afirmaciones o juicios ante los cuales se solicita la reacción (favorable o desfavorable, positiva o negativa) de los individuos. El objetivo es agrupar numéricamente los datos que se expresen en forma verbal, para poder luego operar con ellos, como si se tratará de datos cuantitativos para poder analizarlos correctamente.

Dentro de los aspectos constitutivos de la Escala tipo Likert, es importante resaltar las alternativas o puntos, que corresponden a las opciones de respuesta de acuerdo al instrumento seleccionado. A continuación las alternativas y valores más usados:

5	Muy de acuerdo	Totalmente de Acuerdo	Definitivamente sí	Completamente verdadero
4	De acuerdo	De Acuerdo	Probablemente sí	Verdadero
3	Ni de acuerdo ni desacuerdo	Neutral	Indeciso.	Ni falso ni verdadero
2	En desacuerdo	En desacuerdo	Probablemente no	Falso
1	Muy en desacuerdo	Totalmente en desacuerdo	Definitivamente no	Completamente falso

Los puntajes son los valores que se les asignan a los indicadores constitutivos como opciones de respuesta. Para obtener las puntuaciones en la escala de Likert, se suman los valores obtenidos respecto de cada fase. El puntaje mínimo resulta de la multiplicación del número de ítems por 1. Una puntuación se considera alta o baja respecto al puntaje total (pt), este último dado por el número de ítems o afirmaciones multiplicado por 5.

### Construcción de la Escala de Likert

La elección de un instrumento de recolección de datos debe estar asociada a la evaluación de las características de la investigación en desarrollo para que sea cónsona con su tipo y los propósitos planteados.

La medición se realiza a través de un conjunto organizado de ítems, relacionados con la variable que hay que medir, y frente a los cuales los sujetos de investigación deben reaccionar, en diferentes grados según las alternativas expuestas en un continuo de aprobación-desaprobación. Los ítems deben caracterizarse por su validez y confiabilidad, por lo tanto para su elaboración y concreción definitiva deben pasar por un estricto proceso de depuración.

Lo primero que debe hacer el investigador, después de haber elegido el diseño de investigación y la idoneidad de la escala de Likert para su investigación, es la operacionalización de la variable



o variables de la investigación. Los indicadores vienen a desempeñar el papel de las preguntas concretas del instrumento.

La escala de Likert es una escala ordinal y como tal no mide en cuánto es más favorable o desfavorable una actitud, es decir que si una persona obtiene una puntuación de 60 puntos en una escala, no significa esto que su actitud hacia el fenómeno medido sea doble que la de otro individuo que obtenga 30 puntos, pero sí nos informa que el que obtiene 60 puntos tiene una actitud más favorable que el que tiene 30. A pesar de esta limitación, la escala Likert tiene la ventaja de que es fácil de construir y de aplicar, y, además, proporciona una buena base para una primera ordenación de los individuos en la característica que se mide.

**La construcción de esta escala comporta los siguientes pasos:**

1. Se recoge una larga serie de ítems relacionados con la actitud que queremos medir y se seleccionan, aquellos que expresan una posición claramente favorable o desfavorable.
2. Se selecciona un grupo de sujetos similar a aquél al que piensa aplicarse la escala. Estos responden, eligiendo en cada ítem la alternativa que mejor describa su posición personal.
3. Las respuestas a cada ítem reciben puntuaciones más altas cuanto más favorables son a la actitud, dándose a cada sujeto la suma total de las puntuaciones obtenidas.
4. Finalmente el instrumento pasara por un proceso de validación y confiabilidad para su respectiva aplicación.

## CONSTRUCCION DEL INSTRUMENTO: NIVEL DE CONOCIMIENTO Y ACTITUD SOBRE EL CLIMATERIO

### a. Uso de cuestionarios:

Según las autoras Sandra Lecca y Netiluz Pinchirumy, en su tesis 2012 se establece un cuestionario sobre nivel de conocimiento del climaterio. Se aplicó el cuestionario a 73 mujeres dándole un resultado positivo. Este cuestionario estudia a mujeres de 40-54 años.<sup>33</sup>

Según el autor Eddymar Perez, en su trabajo de grado 2007, Barquisimeto Estado de Lara, desarrolló un cuestionario para medir el nivel de conocimiento sobre climaterio. El instrumento se aplicó a pacientes que acudieron por primera vez a la consulta de climaterio del servicio de Ginecología.<sup>34</sup>

### Aporte de autoras:

Viendo que ninguna cédula de cuestionario sobre climaterio se amolda al criterio de nuestros indicadores, se ha creado interrogantes adaptándolas a nuestros requerimientos que estén de acuerdo a nuestros indicadores. Hemos aplicado a un grupo de pacientes viendo un resultado positivo. Y lo hemos denominado cédula de cuestionario YESSDE. (Ver anexo 3)

### b. Uso de test:

Según las autoras Sandra Lecca y Netiluz Pinchirumy en su Tesis para obtener título en Obstetricia desarrollaron un test de actitud valorada en la escala de Likert modificada dándoles un resultado positivo a la aplicación, sin embargo su instrumento se enfocaba más en medir la percepción.<sup>35</sup>

Los autores Rafael Álvarez, Emma Martín y Milagros Bordones desarrollaron un test de actitud efectuándolo en los siguientes aspectos: climaterio y menopausia como tema de interés, vida de la mujer después de la

<sup>33</sup> Lecca S, Pinchirumy N, Op. Cit., pp. 65-68

<sup>34</sup> Pérez E. Nivel de conocimiento sobre climaterio en pacientes acuden a la consulta de climaterio del servicio de Ginecología Hospital Central Universitario. [Tesis en internet]. Barquisimeto: Universidad Centro occidental Lizandro Alvarado; 2007. [Citado 08 marzo 2015]. p. 62. Disponible en:

[http://bibmed.ucla.edu.ve/Edocs\\_bmucua/Textocompleto/TWP580DV4P47n2007.pdf](http://bibmed.ucla.edu.ve/Edocs_bmucua/Textocompleto/TWP580DV4P47n2007.pdf)

<sup>35</sup> Lecca S, Pinchirumy N, Op. Cit., p.69.

menopausia, sexualidad entre 40 y 50 años de edad, sexualidad después de la menopausia y disposición para recibir tratamiento por climaterio y menopausia. Aplicaron una escala de Likert de 1 a 5 puntos a cada pregunta, consideraron nivel bajo, las puntuaciones de 1 y 2; nivel intermedio 3 puntos y nivel alto 4 y 5 puntos. Este fue sometido a juicio de expertos. Con respecto a los resultados más del 75 % de las mujeres encuestadas presentaron un nivel alto. Sin embargo su instrumento se enfocaba más en la menopausia y no coincidía con nuestras variables.<sup>36</sup>

**Aporte de autoras:** En Arequipa las autoras del presente estudio han creado un nuevo test de actitud debido a que ningún test de actitud sobre climaterio se amolda al criterio de nuestros indicadores. Hemos aplicado a un grupo de pacientes viendo un resultado positivo. Denominado test ESTEKE (Ver anexo 4)

---

<sup>36</sup> Álvarez R, Martín E. Bordonas M. Conocimiento y actitud sobre el climaterio en mujeres entre 40 y 50 años. Rev. Obstetricia Ginecología. [Internet]. 2008. [Citado 17 enero 2015] 68(1): p.40. Disponible en: <http://www.scielo.org.ve/pdf/og/v68n1/art07.pdf>



#### 4. GLOSARIO DE TÉRMINOS

**Hipogonadismo:** Es el síndrome debido el déficit de la función hormonal y reproductora de la glándula ovárica.

**Folículo ovárico:** Es una acumulación de células haploides que se encuentran en el interior del ovario siendo las unidades básicas de la biología reproductiva femenina

**Proliferación:** Es el incremento del número de células por división celular.

**Ovulación:** Procesos del ciclo menstrual de la mujer en el cual un folículo ovárico se rompe y libera un óvulo maduro.

**Estrógenos:** Son hormonas sexuales, producidos por los ovarios, la placenta durante el embarazo y, en menores cantidades, por las glándulas adrenales. El estrógeno está formada por tres compuestos: estrona, estradiol y estriol.

**Progesterona:** Es una hormona esteroide C-21 involucrada en el ciclo menstrual femenino, embarazo (promueve la gestación) y embriogénesis de los humanos y otras especies.

**Osteoporosis:** Es el tipo más común de enfermedad ósea, aumenta el riesgo de fractura de un hueso. Aproximadamente la mitad de todas las mujeres mayores de 50 años tendrá una fractura de cadera, de muñeca o de vértebras (huesos de la columna) durante su vida.

**Arteroesclerosis:** Es la acumulación de depósitos adiposos llamados placa en el interior de las paredes de las arterias. A medida que se acumula la placa en la arteria, ésta se estrecha gradualmente y después se obstruye.

**Morbi-mortalidad:** Enfermedades causantes de la muerte en determinadas poblaciones, espacios y tiempos.

**Anovulación:** Es la ausencia de ovulación que ocurre cuando los ovarios no liberan óvulos, generalmente se debe a desequilibrios hormonales.

Una anovulación crónica es una causa común de infertilidad.

**Atrofia:** Disminución del tamaño de la célula y del órgano del que forma parte, debido a la pérdida de masa celular.

**Cefalea:** Hace referencia a los dolores y molestias localizadas en cualquier parte de la cabeza, en los diferentes tejidos de la cavidad craneana, en las estructuras que lo unen a la base del cráneo, los músculos y vasos sanguíneos que rodean el cuero cabelludo, cara y cuello.

**Insomnio:** Trastorno común del sueño. Dificultad para quedarse dormido, para continuar durmiendo o para hacer ambas cosas.

**Vértigo:** Sensación de giro del propio cuerpo (vértigo subjetivo) o de los objetos que los rodean (vértigo objetivo). Siempre implica un trastorno de la vía cocleovestibular.

**Libido:** Deseo sexual o tendencia al placer.

**Lumbalgia:** Dolor de la región lumbar causado por un síndrome músculo-esquelético, es decir, trastornos relacionados con las vértebras lumbares y las estructuras de los tejidos blandos como músculos, ligamentos, nervios y discos intervertebrales.

**Osteopenia:** Pérdida de masa ósea.

**Dolor precordial:** Sensación álgida, descrita en términos de opresión, constricción, pesadez o tirantez centrotorácica, que puede irradiarse o no por los bordes laterales hacia los hombros, los brazos y las muñecas, así como hacia la mandíbula y/o la región dorsal.

**Disnea:** Dificultad para respirar. Es la conciencia de la necesidad de un mayor esfuerzo respiratorio.

**Enfermedad coronaria:** Es una enfermedad cardíaca que provoca un suministro inadecuado de sangre al músculo cardíaco, una afección potencialmente perjudicial. Provocada por una acumulación de depósitos grasos y cerosos en el interior de las arterias. Estos depósitos se componen de colesterol, calcio y otras sustancias de la sangre. Esta acumulación se denomina "placa aterosclerótica" o simplemente "placa". Los depósitos de placa pueden obstruir las arterias coronarias y hacerlas rígidas e irregulares.

**Hipoestrogenemia:** Nivel de estrógenos en sangre por debajo del nivel óptimo. Se asocia a la anovulación y la menopausia e incrementa los riesgos de osteoporosis y enfermedad cardiovascular.

**Polimenorrea:** Es un trastorno de la menstruación que provoca periodos demasiado frecuentes, con intervalos menores de 21 días.

**Hipomenorrea:** Sangrado menstrual de corta duración 1 o 2 días y/o escaso volumen (menor 30 ml).

**Hipermenorrea:** Sangrado menstrual excesivo en cantidad (volumen mayor a 120 ml.), pero cuya duración no excede los 7 días.

**Oligomenorrea:** Alteración del ciclo menstrual que dura más de lo habitual, de tal forma que la mujer menstrúa con intervalos mayores a 35 días y menores a 90 días.

**Dispareunia:** Dolor durante el coito. Puede ser superficial, generalmente debido a falta de lubricación o estenosis vaginal; o profunda, asociada a patología como la endometriosis.

**Disuria:** Malestar en la micción, dolor miccional o ardor experimentado durante la micción.

**Polaquiuria:** Micciones muy frecuentes y de escaso volumen; en casos severos, sólo unas pocas gotas de orina cada pocos minutos.



## 3.2 ANÁLISIS DE ANTECEDENTES INVESTIGATIVOS

### 3.2.1 RELACIÓN ENTRE NIVEL DE CONOCIMIENTO Y LA ACTITUD FRENTE AL CLIMATERIO EN MUJERES ATENDIDAS EN EL HOSPITAL II-2- TARAPOTO. Sandra Mirelly Lecca Córdova y Netiluz Pinchi Rummy.<sup>37</sup>

#### RESUMEN

El estudio tuvo como objetivo determinar la relación entre el nivel de conocimiento y la actitud frente al climaterio, en mujeres atendidas en el Hospital II-2 -Tarapoto; se realizó el estudio cuantitativo, descriptivo simple, de diseño de investigación Correlacional. La muestra probabilística estuvo conformado por 73 mujeres que presentan alguna molestia del climaterio y que comprendían las edades de 35 a 65 años, seleccionadas aleatoriamente, de aquellas que cumplieron los criterios de inclusión y exclusión respectivamente. Para medir la variable Nivel de conocimiento; el cuestionario constó de 10 preguntas cerradas, que los resultados se clasifican en Bajo, Medio y Alto, siendo el puntaje Máximo de 20 puntos. Para medir la variable actitud frente al climaterio, se aplicó un test cuestionario valorada con la escala de Likert modificada, lo cual estuvo conformada por diez preguntas, que exponen la actitud que tienen las mujeres frente a las molestias del climaterio y las acciones que realizan al presentar dichas molestias. Los resultados encontrados, reportan que el 65.8%(48), tienen un nivel de conocimiento alto, el 28.8%(21), tienen un nivel de conocimiento medio, el 5.5%(4) tienen un nivel de conocimiento bajo. Las tendencias actitudinales se ubicó en tendencia a actitud favorable en el 97.3%(71), y en actitud desfavorable en un 2.7%(2). Existe correlación entre el nivel de conocimiento y la actitud frente

---

<sup>37</sup> Lecca S, Pinchirummy N. Relación entre nivel de conocimiento y la actitud frente al climaterio en mujeres atendidas en el hospital II-2- Tarapoto. Periodo Junio-setiembre 2012. [Tesis en internet]. Perú: Universidad Nacional de San Martín; 2012. [Citado 16 ene 2015]. p. 7. Disponible en:[http://www.unsm.edu.pe/spunsm/archivos\\_proyector/archivo\\_108\\_Binder1.pdf](http://www.unsm.edu.pe/spunsm/archivos_proyector/archivo_108_Binder1.pdf)

al climaterio, por que las mujeres climatéricas que tienen un nivel de conocimiento alto tienen una actitud favorable.

### **3.2.2 CONOCIMIENTO Y ACTITUD SOBRE EL CLIMATERIO EN MUJERES ENTRE 40 Y 50 AÑOS. Rafael Álvarez Gómez, Emma Martín Gramcko, Milagros Bordonos de Álvarez.<sup>38</sup>**

#### **RESUMEN**

Objetivo: Determinar el estado de conocimientos y actitud sobre el climaterio y sus consecuencias en mujeres entre 40 y 50 años de edad.

Método: Estudio descriptivo y transversal en 75 mujeres entre 40 y 50 años de edad. La información se recolectó por medio de una encuesta constituida por un variable socio demográfico, una de contenido clínico, otra de conocimientos sobre climaterio y una última sobre actitudes frente al climaterio.

Resultados: La gran mayoría sabe lo que es menopausia y reconoce los beneficios de la terapia hormonal; sin embargo, desconocen el concepto de climaterio, los riesgos de la terapia hormonal y la fuente de información adecuada. En cuanto a la actitud frente al climaterio, más del 75 % de las mujeres encuestadas presentan un nivel alto.

Conclusión: Existe poco conocimiento del proceso climatérico con una buena actitud.

<sup>38</sup> Álvarez R, Martín E. Conocimiento y actitud sobre el climaterio en mujeres entre 40 y 50 años. Rev Obstetricia Ginecología. [Revista en internet]. 2008. [Citado 17 enero 2015]. 68(1):32-40. p. 32. Disponible en: <http://www.scielo.org.ve/pdf/og/v68n1/art07.pdf>

### 3.2.3 CONOCIMIENTOS, CREENCIAS Y ACTITUD SOBRE MENOPAUSIA EN MUJERES DE 47 A 60 AÑOS DE EDAD, QUE ACUDIERON A LA CONSULTA DE GINECOLOGÍA DEL HOSPITAL DR. JOSÉ M. CARABAÑO TOSTA. Leidy Calderón<sup>39</sup>

#### RESUMEN

En la investigación se pretende determinar el conocimiento, creencias y actitud sobre la menopausia y sus consecuencias en mujeres de 47 a 60 años de edad que acuden a la consulta de ginecología del “Hospital Dr. José M. Carabaño Tosta” entre Marzo y Julio año 2011. Por lo que fue necesario investigar bajo el paradigma cuantitativo enfocando el estudio desde una perspectiva no experimental de campo y descriptiva. Como población se seleccionaron a setecientas cincuenta (750) pacientes en fase menopáusica que fueron atendidas en la Consulta de Ginecología; en este caso se utilizó un muestreo aleatorio simple para proceder a seleccionar un total de setenta y cinco (75) mujeres para una representatividad del 10%, con la finalidad de obtener la fiabilidad de la investigación. En los hallazgos se tiene que la edad promedio fue de  $46 \pm 48$  años con una tendencia de 37%; de 75 mujeres, 92/129 (71%) presentaron menopausia espontánea con promedio de edad de  $46 \pm 48$  años y 23/129 (26%) menopausia quirúrgica con promedio de edad de  $43 \pm 45$  años. Para la variable nivel de instrucción de la muestra se reflejó una tendencia mayoritaria del 49% para el indicador nivel secundario de educación; observándose una tendencia significativa del 42% para el nivel universitario. Concluyendo que la muestra que tiene una buena actitud después de la menopausia 46%, respecto a la sexualidad de la mujer entre 40 y

---

<sup>39</sup> Calderón L. Conocimientos, creencias y actitud sobre menopausia en mujeres de 47 a 60 años de edad, que acudieron a la consulta de Ginecología del Hospital Dr. José Carabaño Tosta. [Tesis en internet]. Venezuela: Maracay; 2011. [Citado 17 enero 2015]. Disponible en: <http://www.portalesmedicos.com/publicaciones/articulos/3739/2/Conocimientos,-creencias-y-actitud-sobre-menopausia-en-mujeres-de-47-a-60-años-de-edad>



50 años dijeron que era satisfactoria en 45%, para la sexualidad de la mujer postmenopáusica 47% manifestaron estar satisfecha, y si estaban dispuestas a recibir tratamiento en un 43%. Más del 75% de las mujeres encuestadas presenta un nivel alto de actitud sexual frente a la menopausia, con un promedio global de 4, puntos de un máximo de 5.

### **3.2.4 NIVEL DE CONOCIMIENTO SOBRE CLIMATERIO EN PACIENTES ACUDEN A LA CONSULTA DE CLIMATERIO DEL SERVICIO DE GINECOLOGIA HOSPITAL CENTRAL UNIVERSITARIO. Eddymar Pérez Martos.<sup>40</sup>**

#### **RESUMEN.**

Para determinar el nivel de conocimiento sobre climaterio que tienen las pacientes que acuden a la consulta de climaterio del servicio de Ginecología del Hospital Central Universitario “Dr. Antonio María Pineda”, Barquisimeto (Estado-Lara), se procedió a realizar una investigación de tipo descriptiva transversal, donde la muestra estuvo conformada por todas las pacientes que acudieron por primera vez a dicha consulta en los meses de agosto, septiembre, octubre del 2006. Previo consentimiento informado se aplicó un cuestionario anónimo que consto de 2 partes, la primera incluía datos de identificación como la edad, procedencia, grado de instrucción y estado conyugal, la segunda comprendía preguntas sobre el climaterio. El cuestionario fue entregado personalmente a las pacientes en la consulta, los datos fueron representados en porcentajes. Se encontró que de todas las pacientes estudiadas el 67,5% tenía edades entre 41-50 años, el 56% era soltera, el 37% estudio hasta la secundaria, el 75% procedía del área urbana y el 57,5% tuvo un nivel de conocimiento deficiente sobre el climaterio.

<sup>40</sup> Pérez, E. Nivel de conocimiento sobre climaterio en pacientes acuden a la consulta de climaterio del servicio de Ginecología Hospital Central Universitario. [Tesis en internet]. Universidad Centro Occidental Lizandro Alvarado; 2006. [Citado 16 enero 2015]. p. 1 Disponible en: [http://bibmed.ucla.edu.ve/Edocs\\_bmucla/Textocompleto/TWP580DV4P47n2007.pdf](http://bibmed.ucla.edu.ve/Edocs_bmucla/Textocompleto/TWP580DV4P47n2007.pdf)

Estos resultados coinciden con los resultados en las diferentes investigaciones realizadas a nivel nacional e internacional. Se recomienda fomentar la educación sobre el tema valiéndose de charlas, folletos, carteleros e involucrar al núcleo familiar en dicho proceso, para hacer esta etapa más llevadera y garantizar la atención de la paciente de forma integral.

### 3.2.5 CONOCIMIENTO QUE TIENEN SOBRE EL CLIMATERIO MUJERES ENTRE 40-64 AÑOS USUARIAS DE ATENCIÓN PRIMARIA. Claudia Gómez, Carolina Carmín, Victoria Espinosa. y otros.<sup>41</sup>

#### RESUMEN

Objetivo: Determinar el grado de conocimiento de la fase del climaterio y su relación con el nivel de instrucción que tiene un grupo de mujeres de 40-64 años usuarias de atención primaria.

Método: La muestra de tipo probabilística compuesta por 150 mujeres de 40 a 64 años, a quienes se aplicó una encuesta validada de preguntas de alternativas múltiples, puntuadas para su evaluación. Las variables estudiadas fueron divididas en tres grupos: a) aquellas que definen el perfil sociodemográfico de las mujeres; b) variables relacionadas con el grado de conocimientos de causas, síntomas, tratamientos, cuidados, cambios en la salud y calidad de vida de la etapa climatérica; c) fuentes de información del conocimiento. El análisis de estas variables se realizó a través de la determinación de medidas de tendencia central y la prueba de Kruskal-Wallis, con un  $p < 0,05$ .

Resultados: El perfil de las mujeres en este estudio fue: edad promedio  $51,89 \pm 7,35$  años, 52% casadas, 52% previsión FONASA-A (pobreza e indigencia) y 60% con educación media

<sup>41</sup> Gómez C., Carmi C., Espinosa V. y otros. Conocimiento que tienen sobre el climaterio mujeres entre 40-64 años usuarias de atención primaria. Rev. Chilena. Obstetricia Ginecología. [Revista en internet]. 2007 [Citado 18 Mayo 2015]; 72(5): 321-328. p. 1 Disponible en: [http://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0717-75262007000500008&lng=es](http://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0717-75262007000500008&lng=es).

incompleta. Solo el 11% de la población encuestada refirió haber asistido a talleres del tema, y un 40% refirió haber recibido información de médicos y/o matronas. En relación al conocimiento general de la población sobre la etapa climatérica, un 72% tiene un nivel medio y un 2% nivel bajo de conocimiento, respectivamente.

Conclusiones: No existe relación estadísticamente significativa entre el grado de conocimiento sobre la etapa climatérica y la edad de las mujeres en el estudio, así como tampoco por la adquisición de información de fuentes válidas, pero sí con el nivel educacional de las mismas

## HIPÓTESIS

Dado que el climaterio es una etapa fisiológica de la mujer, pero muy poco difundida en el sector salud.

Es probable que en el Centro de Salud Maritza Campos Díaz, las mujeres de 40 a 54 años, tengan un nivel de conocimiento bajo sobre el climaterio con una actitud desfavorable y que exista una relación directa entre el nivel de conocimiento y las actitudes.





# **CAPÍTULO II**

# **PLANTEAMIENTO**

# **OPERACIONAL**

# 1. TÉCNICA, INSTRUMENTO Y MATERIALES DE VERIFICACIÓN.

VARIABLE	INDICADORES	TÉCNICA	INSTRUMENTOS	MATERIAL
<b>Variable independiente</b>  Nivel de Conocimiento del climaterio	Conceptos generales	Técnica de comunicación  (entrevista cerrada)	Cédula de entrevista:  Cuestionario YESSDE  (ver anexo 3)	Materiales de escritorio: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Hoja bond</li> <li>• Lapicero</li> <li>• Folder</li> </ul> PC Impresora Sistema operativo WINDOWS 2007 Procesador de texto Excel 2007 SPSS 22
	Etapas			
	Signos y síntomas			
	Factores que influyen en el climaterio			
	Manejo terapéutico			
<b>Variable dependiente</b>  Actitud sobre el climaterio	Sobre los signos y síntomas del climaterio	Técnica de comunicación  (entrevista cerrada)	Cédula de entrevista:  Test de ESTEKE  (ver anexo 4)	
	Sobre el manejo terapéutico del climaterio			

## 2. CAMPO DE VERIFICACIÓN

### 2.1 Ubicación Espacial

- **Precisión del lugar:** Diferentes servicios de atención: Medicina, Odontología, Psicología, Niño sano, Obstetricia y Ginecología del Centro de Salud Maritza Campos Díaz.
- **Caracterización del lugar:** Se caracteriza por ser un Establecimiento de Salud que atiende las 24 horas a diferentes especialidades y se encuentra ubicado en la calle Yaraví esquina con Marañón del distrito de Cerro Colorado.
- **Delimitación gráfica del lugar:** Croquis del Centro de Salud Maritza Campos Díaz (ver anexo 2).

### 2.2 Ubicación Temporal

- **Cronología:** Abril 2015
- **Visión temporal:** Actual.
- **Corte temporal:** Transversal, porque se va a dar en un determinado tiempo, en el cual se realizará una encuesta.

### 2.3 Unidades de Estudio

- **Universo:** Nuestra población general está constituido por 3201 mujeres de 40 a 54 años de edad que asisten al Centro de Salud Maritza Campos Díaz.
- **Muestra:**
  - Tipo de muestreo: No probabilístico, Intencional o por conveniencia
  - Formalización de la muestra:  
Tamaño de la muestra:
    - z: 95.5 %
    - e:5%
    - p:50%



Tabla de Arkin y Colton:

a. Identificamos los valores:

- La muestra para 3000 es de 353
- La muestra para 3201 es de x
- La muestra para 3500 es de 359

b. Establecemos tres diferencias:

$$\begin{array}{r} 3000- \\ 3500 \\ \hline 500 \end{array} \quad \begin{array}{r} 353- \\ 359 \\ \hline 6 \end{array} \quad \begin{array}{r} 3000- \\ 3201 \\ \hline 201 \end{array}$$

c. Planteamos una regla de tres:

Para 500 es 6

Para 201 es x

$$x = \frac{201 \times 6}{500} = 2.4$$

d. La muestra es de  $353 + 2.4 = 355$  unidades de estudio.

Con la fórmula:

- N: población
- n: muestra

$$n = \frac{N \times 400}{N + 400} = \frac{3201 \times 400}{3201 + 400} = \frac{1280400}{3601} = 355,56 = 356$$

- **Criterios de inclusión:**

- Mujeres de 40 a 54 años.
- Estar lúcida y consciente.

- **Criterios de exclusión:**

- Trastorno psiquiátrico.
- Dificultad en el entendimiento (idioma, sordera).

### 3. ESTRATEGIA DE RECOLECCIÓN DE DATOS

#### 3.1 Organización.

##### 3.1.1 Autorización:

- Se solicitó autorización al Director del Centro de Salud Maritza Campos Díaz para realizar entrevistas a mujeres de 40 a 54 años.
- Se obtuvo del Departamento de Estadística el número de las mujeres de 40 a 54 años que asisten el Centro de Salud Maritza Campos Díaz.

**3.1.2 Supervisión y control:** De las entrevistas a cargo de las investigadoras.

#### 3.2 Recursos.

##### 3.2.1 Humanos:

- **Autores:**

Barrionuevo Vizcarra Kelly Deysi.

Campos Trujillo Yessenia Estefany.

- **Asesor:**

Docente: Fernández Vásquez Armida.

**3.2.2 Físicos:** Ficha de recolección de datos (cuestionario), impresora, material de escritorio, computadora.

**3.2.3 Económicos:** Se requiere mil soles que serán autofinanciados.

**3.2.4 Institucionales:** De las entrevistas del Centro de Salud Maritza Campos Díaz.

### 3.3 Validación de los instrumentos

#### 3.3.1 Procedimiento:

Se elaboró para la primera variable un cuestionario sobre nivel de conocimientos que constaba de 15 interrogantes. Se aplicó inicialmente a 20 mujeres y del resultado se vio que demandaba mucho tiempo, y las pacientes se aburrían por la cantidad de interrogantes, entonces se redujo a 10 interrogantes considerando las más importantes.

Se elaboró un test de actitud para la segunda variable en base a los indicadores formulados. Se aplicó una prueba piloto a un grupo de 20 mujeres, el test comprendía un total de 10 Ítems que al final se redujo a 6.

Luego se aplicó nuevamente la prueba piloto en 20 mujeres para ambos casos. Se codificaron las respuestas; transcripción de las respuestas en una matriz de tabulación de doble entrada con el apoyo del paquete estadístico SPSS versión 22.

El instrumento de medición para el nivel de conocimiento consta de 10 preguntas, según el alfa de Cron Bach para la confiabilidad del instrumento se ha obtenido un valor de 0.611, lo que indica que este cuestionario es confiable debido a que es mayor a 0.6. Asimismo para la validez de constructo del instrumento se realizó el análisis factorial confirmatorio encontrándose una varianza explicada de 81.642%; lo que indica que el cuestionario aplicado a la población representa este porcentaje de variación y además se ha conformado cinco componentes. Los cuales corresponde a: conceptos generales, etapas, signos y síntomas, factores y manejo



terapéutico. El análisis factorial también nos indica que el coeficiente KMO (0.573) es significativo por lo que este instrumento es válido. (Ver anexo N° 5)

El instrumento de medición para la actitud sobre climaterio consta de 6 ítems, según el alfa de Cron Bach se ha obtenido un valor de 0.675 lo que indica que este instrumento es confiable debido a que es mayor a 0.6. Asimismo en cuanto a la validez de constructo para el instrumento se realizó el análisis factorial confirmatorio explicando el 70.531% de la varianza, lo que indica que el cuestionario aplicado a la población representa este porcentaje de variación. El análisis factorial también nos indica que el coeficiente KMO (0.630) es significativo por lo que el instrumento es válido. (Ver anexo N° 6)

### 3.3.2 Finalidad:

- Juzgar su eficacia
- Perfeccionamiento
- Tiempo de administración

### 3.4 Criterios para el manejo de resultados

Considerando que la primera variable mide el nivel de conocimiento sobre el climaterio el instrumento usado constó de 10 preguntas que son calificadas a un punto por respuesta correcta, teniendo un total de 10 puntos. Los resultados se tabularon según la siguiente tabla:

NIVEL DE CONOCIMIENTO	CALIFICACIÓN
Alto	8-10 puntos.
Medio	6-7 puntos.
Bajo	0-5 puntos.

En la segunda variable, el objetivo era medir la actitud sobre el climaterio de las mujeres de 40-54 años, para esto se elaboró un test de actitud que fue debidamente validado, dicho test comprendía de 6 ítems, por lo cual cada ítems tenía un valor de 1 a 5 puntos según las alternativas, de la sumatoria final de las seis ítems se divide entre 6, estos resultados se tabularán según la siguiente tabla:

ACTITUD	CALIFICACIÓN
FAVORABLE	3.1 a 5 puntos.
DESFAVORABLE	1 a 3 puntos.

Luego se ha relacionado el nivel de conocimiento con respecto a la actitud mediante el análisis estadístico SPSS versión 22.

Para evaluar la relación entre ambas variables, se consideró según el tipo y grado de correlación:

TIPO	
CORRELACIÓN DIRECTA	Al aumentar una de las variables la otra aumenta; o al disminuir una variable, disminuye la otra.
CORRELACIÓN INVERSA	Al aumentar una de las variables la otra disminuye; o al disminuir una de las variables la otra aumenta.
CORRELACIÓN NULA	No hay dependencia de ningún tipo entre las variables.

GRADO O MAGNITUD	
CORRELACIÓN PERFECTA	$\geq 1$
CORRELACIÓN MUY BUENA	$0.8 < 1$
CORRELACIÓN BUENA	$0.6 < 0.8$
CORRELACIÓN MODERADA	$0.4 < 0.6$
CORRELACIÓN BAJA	$0.2 < 0.4$
CORRELACIÓN MINIMA	$>0.0 < 0.2$
SIN CORRELACIÓN	$0.0$



## 4. ESTRATEGIA PARA MANEJAR RESULTADOS

### 4.1 Nivel de sistematización:

#### 4.1.1 Tipo de procesamiento: Mixta.

#### 4.1.2 Plan de operación:

- **Clasificación:** Se requerirá de una matriz de sistematización electrónica. (Ver anexo 7)
- **Codificación:** A cada pregunta del instrumento se ha establecido un sistema de codificación especial para el vaciado a la matriz.
- **Recuento:** Conteo electrónico mediante el paquete estadístico SPSS versión 22.
- **Análisis:**

Tipo de análisis:

- Por el tipo de variables: Es bivariado
- Por su naturaleza: Es cualitativo.

Tratamiento estadístico:

- Estadístico descriptivo: Se usó el paquete estadístico SPSS de la versión 22.
- Tipo de prueba estadística: Prueba de Chi cuadrado.

#### 4.1.3 Tabulación: Se usaron tablas de entrada doble.

#### 4.1.4 Graficación: Se usaron gráficos de barras y circular 3D.



# **CAPÍTULO III**

# **RESULTADOS**

# 1. CARACTERÍSTICAS DEMOGRÁFICAS DE LAS MUJERES DE 40-54 AÑOS DEL C.S.MARITZA CAMPOS DÍAZ

TABLA N° 1

## FRECUENCIA Y PORCENTAJE DE LAS CARACTERÍSTICAS DEMOGRÁFICAS DE LAS MUJERES ENTREVISTADAS DEL CENTRO DE SALUD

CARACTERÍSTICAS DEMOGRÁFICAS		N°	%
Edad	40-45 años	189	53.1
	46-50 años	99	27.8
	51-54 años	68	19.1
Ocupación	Ama de casa	235	66
	Independiente	95	26.7
	Dependiente	26	7.3
Estado civil	Soltera	37	10.4
	Casada	147	41.3
	Conviviente	126	35.4
	Separada	39	11
	Viuda	7	2
Procedencia	Rural	1	0.3
	Urbana	355	99.7
Grado de instrucción	Primaria completa	51	14.3
	Primaria incompleta	78	21.9
	Secundaria completa	100	28.1
	Secundaria incompleta	76	21.3
	Superior universitario	14	3.9
	Superior no universitario	37	10.4

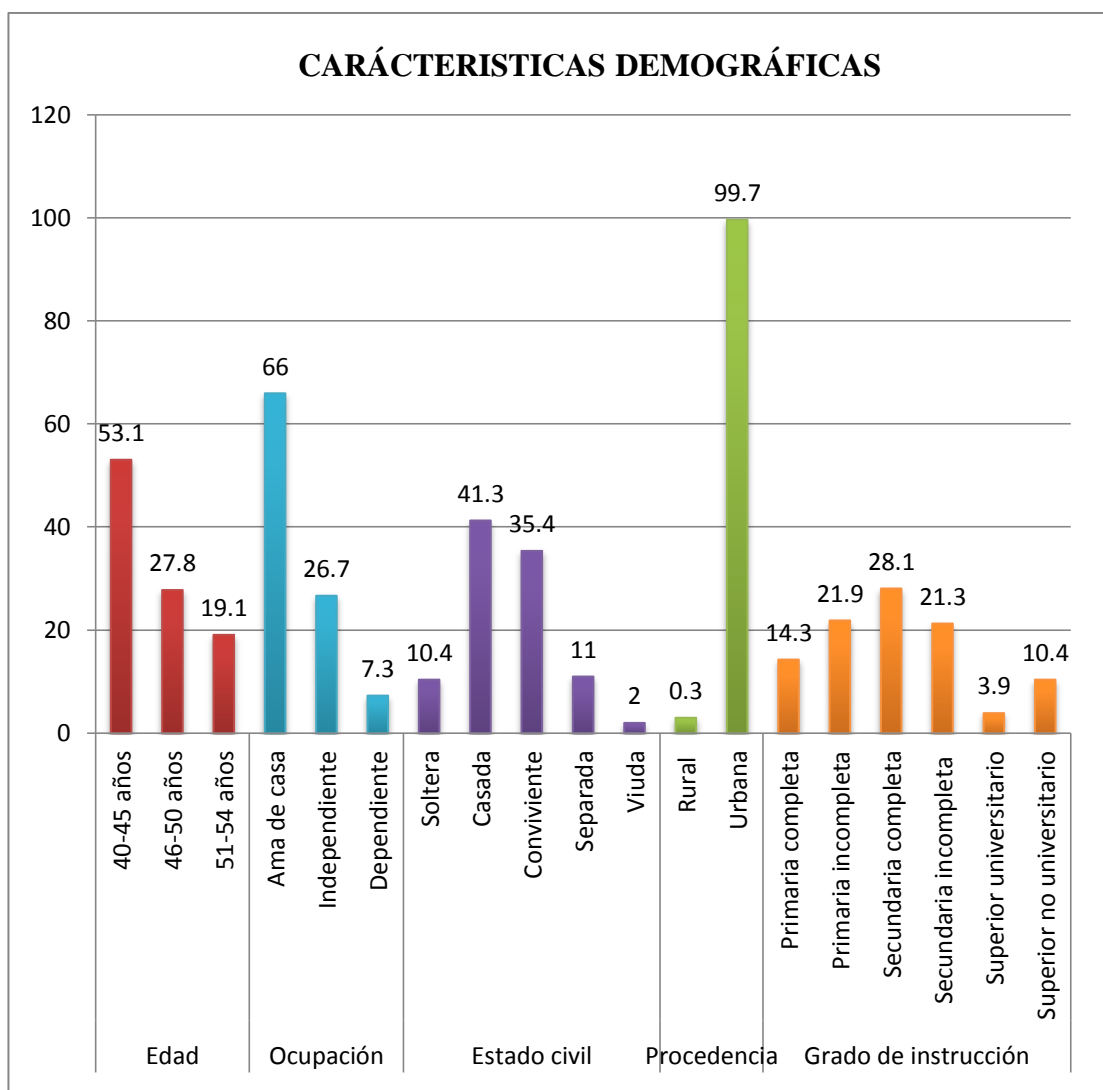
Fuente: Elaboración propia. Cédula de entrevista aplicada a las mujeres que asisten al C.S Maritza Campos Díaz. Abril 2015

La tabla N° 1 representa las características demográficas de las 356 mujeres entrevistadas en el Centro de Salud Maritza Campos Díaz. Las cuales tenían edades entre 40-45 años representándose en un 53.1% (189). En cuanto a la ocupación el 66% (235) de mujeres eran amas de casa a diferencia de las que



trabajan, en cuanto al estado civil el 41.3% (147) de mujeres entrevistadas estaban casadas, en cuanto a procedencia el 99.7% (355) eran de la zona urbana, y en cuanto al grado de instrucción el 28.1% (100) estudiaron hasta la secundaria completa.

**GRÁFICO N°1**



## 2. NIVEL DE CONOCIMIENTO SOBRE CONCEPTOS GENERALES, ETAPAS, SIGNOS Y SÍNTOMAS, FACTORES QUE INFLUYEN Y MANEJO TERAPÉUTICO DEL CLIMATERIO

**TABLA N° 2**

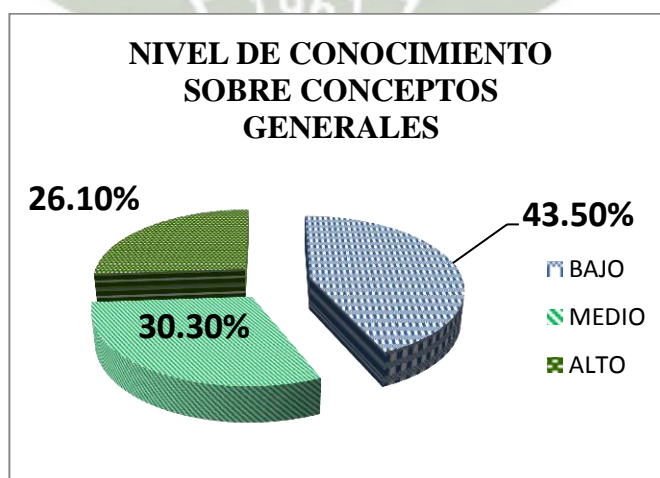
### **NIVEL DE CONOCIMIENTO SOBRE CONCEPTOS GENERALES DEL CLIMATERIO DE LAS MUJERES ENTREVISTADAS**

<b>CONCEPTOS GENERALES</b>	<b>N°</b>	<b>%</b>
Bajo	155	43.5
Medio	108	30.3
Alto	93	26.1
<b>TOTAL</b>	<b>356</b>	<b>100</b>

Fuente: Elaboración propia. Cédula de entrevista aplicada a las mujeres que asisten al C.S Maritza Campos Díaz. Abril 2015

En la tabla N°. 2, muestra que de las mujeres entrevistadas tenían un nivel de conocimiento bajo, sobre conceptos generales 43.5% (155). Estos resultados se deben a que una parte de las mujeres entrevistadas consideraban al climaterio como una enfermedad por las molestias que se presentan durante esta etapa. Además respondieron la gran mayoría, que la causa del climaterio es por la disminución de niveles de calcio y aumento de niveles de colesterol.

**GRÁFICO N°2**

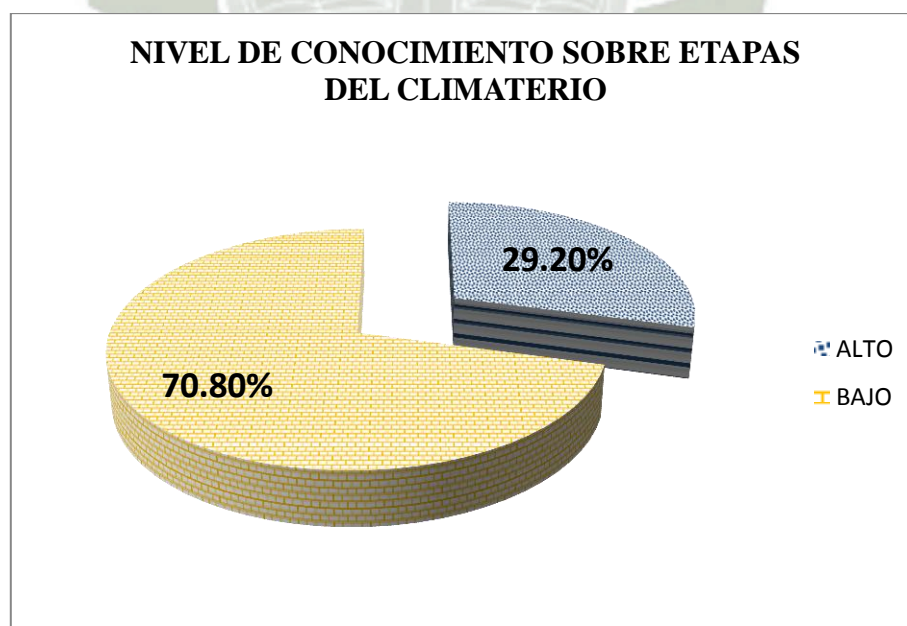


**TABLA N° 3**
**NIVEL DE CONOCIMIENTO SOBRE ETAPAS DEL CLIMATERIO DE  
LAS MUJERES ENTREVISTADAS DEL CENTRO DE SALUD**

ETAPAS	N°	%
Bajo	252	70.8
Alto	104	29.2
<b>TOTAL</b>	<b>356</b>	<b>100.0</b>

Fuente: Elaboración propia. Cédula de entrevista aplicada a las mujeres que asisten al C.S Maritza Campos Díaz. Abril 2015

En la presente tabla N° 3, se puede apreciar que del total de mujeres entrevistadas, el 70.8% (252) tenían un nivel de conocimiento bajo con respecto a etapas del climaterio. Estos resultados se debe a que las mujeres entrevistadas sólo reconocían el término menopausia como única etapa, confundiendo con el significado de climaterio, desconociendo las demás etapas.

**GRÁFICO N°3**




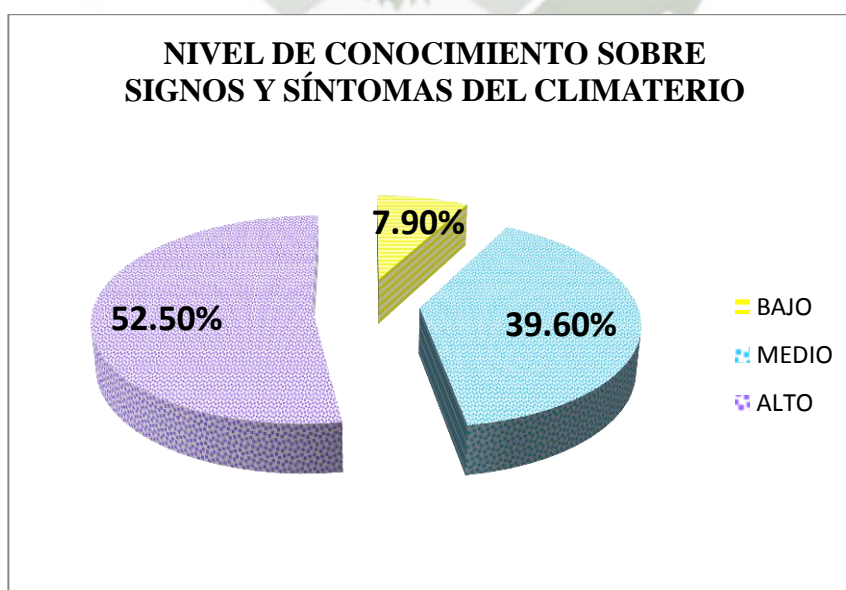
**TABLA N° 4**

**NIVEL DE CONOCIMIENTO SOBRE SIGNOS Y SÍNTOMAS DEL  
CLIMATERIO DE LAS MUJERES ENTREVISTADAS DEL CENTRO DE  
SALUD**

<b>SIGNOS Y SÍNTOMAS</b>	<b>N°</b>	<b>%</b>
Bajo	28	7.9
Medio	141	39.6
Alto	187	52.5
<b>TOTAL</b>	<b>356</b>	<b>100.0</b>

Fuente: Elaboración propia. Cédula de entrevista aplicada a las mujeres que asisten al C.S Maritza Campos Díaz. Abril 2015

En la tabla N° 4, se puede apreciar que del total de mujeres entrevistadas el 52.5% (187) tenían un nivel de conocimiento alto. Se concluye que algunas mujeres entrevistadas conoce los signos y síntomas tales como sudoración, bochornos, ansiedad, irritabilidad, osteoporosis, enfermedades del corazón, alteraciones menstruales, dolor de cabeza, entre otros.

**GRÁFICO N°4**


**TABLA N° 5**

**NIVEL DE CONOCIMIENTO SOBRE FACTORES QUE INFLUYEN EN  
EL CLIMATERIO DE LAS MUJERES ENTREVISTADAS DEL CENTRO  
DE SALUD**

FACTORES	N°	%
Bajo	237	66.6
Alto	119	33.4
<b>TOTAL</b>	<b>356</b>	<b>100.0</b>

Fuente: Elaboración propia. Cédula de entrevista aplicada a las mujeres que asisten al C.S Maritza Campos Díaz. Abril 2015

En la tabla N° 5, se puede apreciar que del total de mujeres entrevistadas, el 66,6% (237) tenían un nivel de conocimiento bajo en cuanto a los factores que influyen en el climaterio, por lo tanto concluimos que de las 356 mujeres, 237 de ellas no reconocen al cigarrillo como un factor de riesgo para los bochornos.

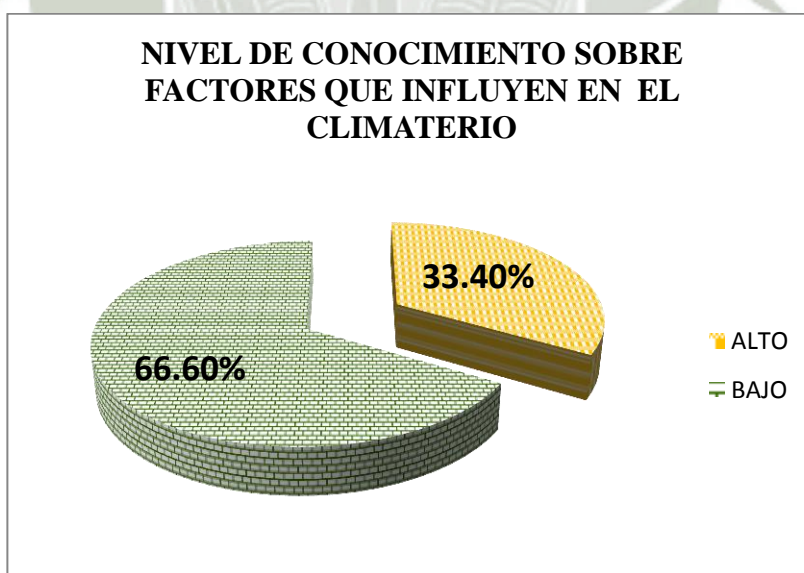
**GRÁFICO N°5**


TABLA N° 6

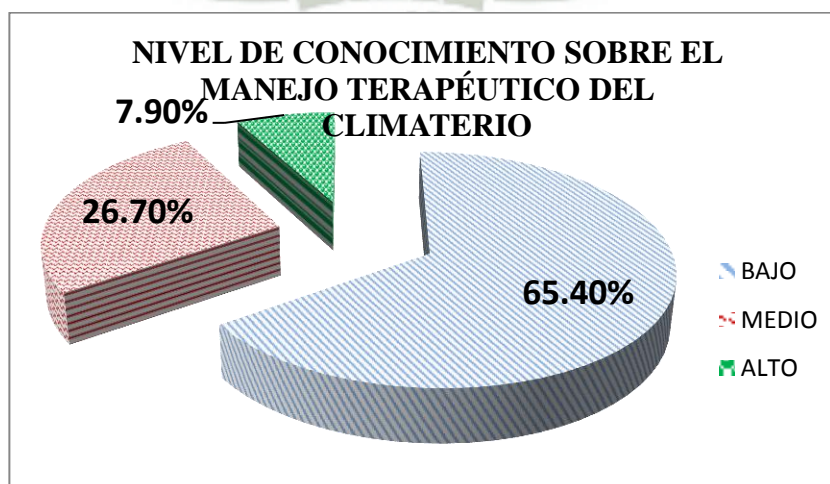
**NIVEL DE CONOCIMIENTO SOBRE EL MANEJO TERAPÉUTICO  
DEL CLIMATERIO DE LAS MUJERES ENTREVISTADAS DEL  
CENTRO DE SALUD**

MANEJO TERAPÉUTICO	N°	%
Bajo	233	65.4
Medio	95	26.7
Alto	28	7.9
<b>TOTAL</b>	<b>356</b>	<b>100.0</b>

Fuente: Elaboración propia. Cédula de entrevista aplicada a las mujeres que asisten al C.S Maritza Campos Díaz. Abril 2015

En la tabla N° 6, se puede apreciar que del total de mujeres entrevistadas, el 65,4% (233) tenían un nivel de conocimiento bajo sobre el manejo terapéutico del climaterio. Es decir que la mayor cantidad de mujeres entrevistadas no reconocieron el tratamiento hormonal, sin embargo sí reconocen que las medicinas naturales es una opción para mejorar las molestias del climaterio y con respecto a los estilos de vida saludable, respondieron que es recomendable consumir frutas, vegetales y control de peso, pero no reconocieron la importancia del ejercicio físico durante esta etapa.

GRÁFICO N°6



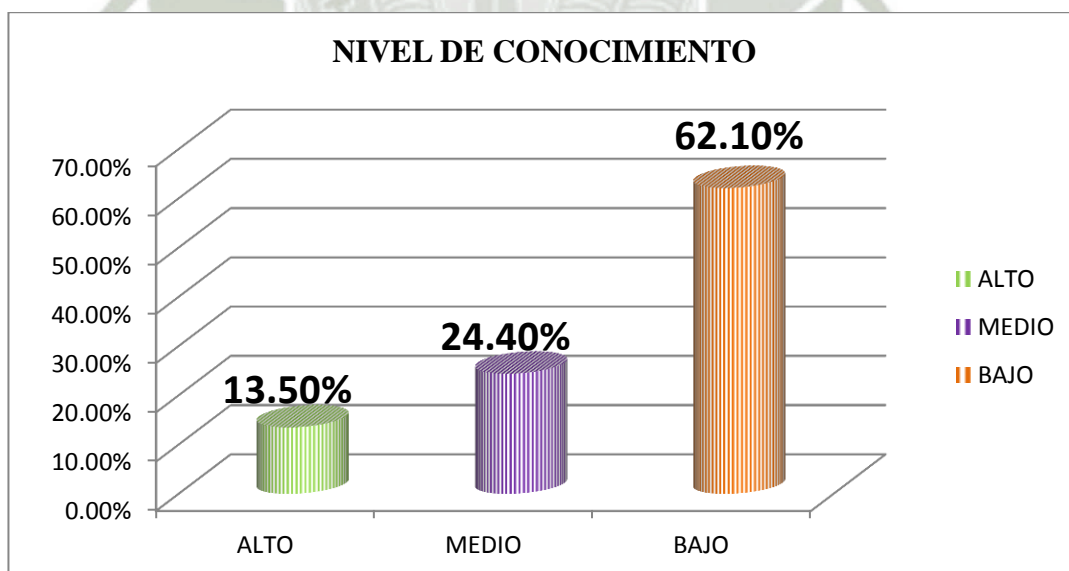


**TABLA N° 7**
**NIVEL DE CONOCIMIENTO SOBRE EL CLIMATERIO DE LAS  
MUJERES ENTREVISTADAS DEL CENTRO DE SALUD**

<b>NIVEL DE CONOCIMIENTO</b>	<b>N°</b>	<b>%</b>
Bajo	221	62.1
Medio	87	24.4
Alto	48	13.5
<b>TOTAL</b>	<b>356</b>	<b>100.0</b>

Fuente: Elaboración propia. Cédula de entrevista aplicada a las mujeres que asisten al C.S Maritza Campos Díaz. Abril 2015

En la siguiente Tabla N° 7, se puede apreciar que de las mujeres entrevistadas, el 62.1% (221) tenían un nivel de conocimiento bajo. Esto se debe a la falta de medidas preventivas y promocionales (afiches, anuncios, promociones educativas) en el sector salud.

**GRÁFICO N°7**


### 3. ACTITUD SOBRE EL CLIMATERIO

**TABLA N° 8**

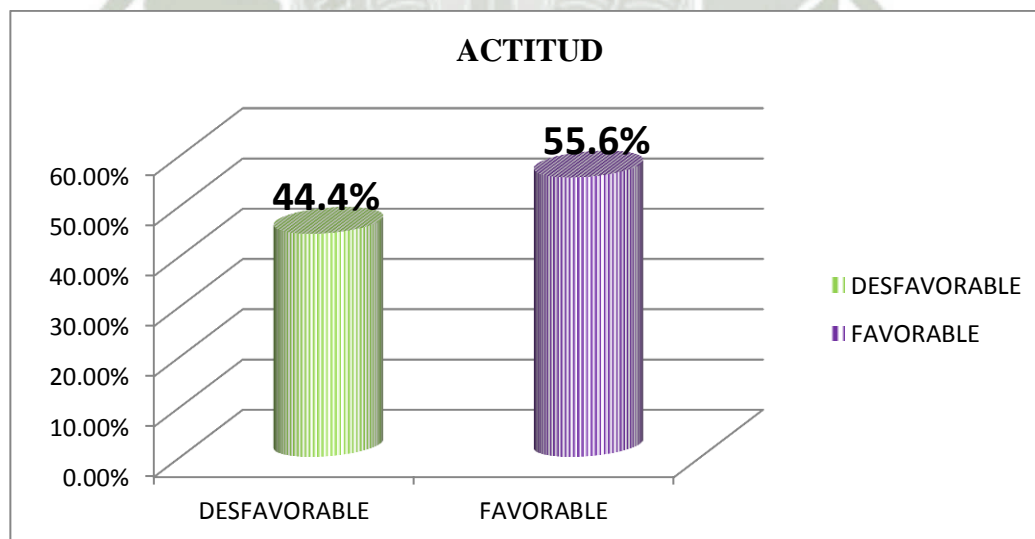
**ACTITUD SOBRE EL CLIMATERIO DE LAS MUJERES  
ENTREVISTADAS DEL CENTRO DE SALUD**

<b>ACTITUD SOBRE EL CLIMATERIO</b>	<b>N°</b>	<b>%</b>
Desfavorable	158	44.4
Favorable	198	55.6
<b>TOTAL</b>	<b>356</b>	<b>100.0</b>

Fuente: Elaboración propia. Cédula de entrevista aplicada a las mujeres que asisten al C.S Maritza Campos Díaz. Abril 2015

En la siguiente tabla N° 8 se puede apreciar que del total de mujeres entrevistadas, 55.6% (198) tenían una actitud favorable sobre el climaterio.

**GRÁFICO N°8**



**TABLA N° 9**  
**RELACIÓN ENTRE EL NIVEL DE CONOCIMIENTO Y ACTITUDES**  
**SOBRE EL CLIMATERIO DE LAS MUJERES ENTREVISTADAS DEL**  
**CENTRO DE SALUD**

Nivel de conocimiento	Actitud				TOTAL	
	Desfavorable		Favorable			
	Nº	%	Nº	%	Nº	%
Bajo	129	36,2	92	25.8	221	62.1
Medio	23	6.5	64	18	87	24.4
Alto	6	1.7	42	11.8	48	13.5
TOTAL	158	44.4	198	55.6	356	100

$$X^2=48,64$$

$$P<0.05$$

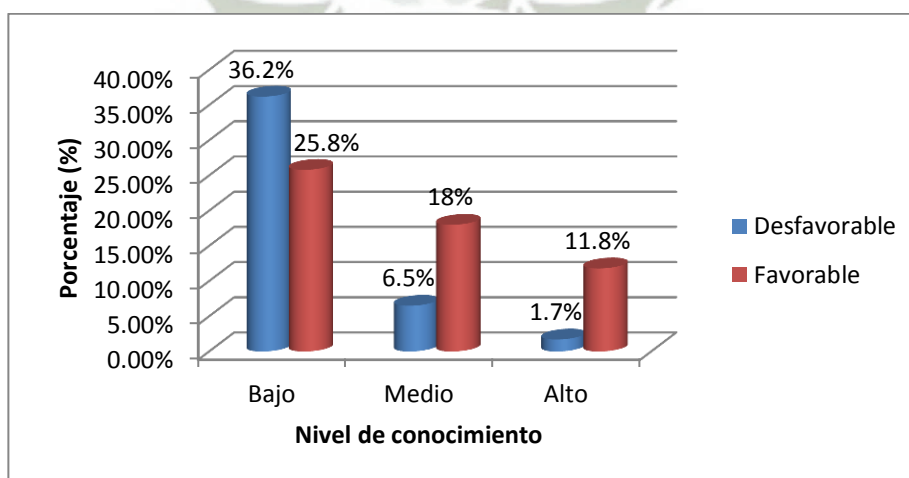
$$\tau=0.40$$

Fuente: Elaboración propia. Cédula de entrevista aplicada a las mujeres que asisten al C.S Maritza Campos Díaz. Abril 2015

La tabla N°. 9, se aprecia que de las mujeres entrevistadas tenían nivel de conocimiento bajo 62.1% y el 55.6% una actitud favorable sobre el climaterio.

Según la prueba de Chi cuadrado ( $X^2=48.64$ ) se muestra que el nivel de conocimiento y actitud sobre el climaterio presentó relación estadística significativa ( $P<0.05$ ). De la misma manera se encontró que la fuerza de la relación entre ambas variables es moderada ( $\tau=0.40$ ).

**GRÁFICO N°9**







# CAPÍTULO IV

## DISCUSIÓN

En nuestro estudio se encontró que las mujeres entrevistadas de 40-54 años, tenían un conocimiento bajo (43.5%) sobre conceptos generales del climaterio. Estos datos obtenidos concuerdan con lo descrito por Pérez en Barquisimeto-Lara (2006): “Nivel de conocimiento sobre el climaterio en pacientes que acuden a la consulta de climaterio del servicio de Ginecología Hospital Central Universitario Dr. María Pineda”, donde se encontró que en cuanto a la definición de climaterio el 53.5 % estaba en el rango malo, sobre las causas que originan el climaterio el 42 % tenía un conocimiento deficiente; contrario a estos resultados, encontramos el estudio realizado por Gómez, Carmi, Espinosa y otros, Universidad de Santiago de Chile (2006): “Conocimiento que tienen sobre el climaterio mujeres entre 40-64 años usuarias de atención primaria”, donde se encontró que al preguntar con respecto a la causa del climaterio, las mujeres encuestadas respondieron acertadamente en un 85.3%, señalando la disminución de las hormonas en su organismo.

También encontramos en nuestro estudio, que el 52.5% tenían un nivel de conocimiento alto sobre signos y síntomas del climaterio, estos datos obtenidos concuerdan como lo describe Gómez, Carmi, Espinosa y otros, Santiago de Chile (2006), donde se encontró que las mujeres encuestadas respondieron acertadamente y fueron capaces de reconocer la sintomatología propia de este período. Contrario a estos resultados se encontró en el estudio realizado por Marquéz y Pacheco (2008): “Programa educativo enfocado a esta atapa del climaterio dirigido a mujeres en edades comprendidas entre 35 y 45 años que asisten a la consulta del servicio de Ginecología del Ambulatorio Norte Dos Pilitas en la Pastora en el Distrito Capital primer semestre” reportando que el 65% de las mujeres encuestadas respondieron de manera incorrecta las preguntas que se hicieron al respecto a las manifestaciones clínicas que se producen en el climaterio.

En otros datos encontrados en nuestro estudio sobre el manejo terapéutico del climaterio, específicamente en lo relacionado al tratamiento hormonal,

tratamiento alternativo y estilos de vida saludable, revela que el 65.4% tenían un nivel de conocimiento bajo. Al revisar otras investigaciones, como lo describe Gómez, Carmi, Espinosa y otros, Santiago de Chile (2006), no son convincentes los hallazgos, porque ellos encontraron que al abordar el tema de tratamientos y cuidados durante el climaterio, un gran porcentaje de la población (79%) conoce la existencia de algún tratamiento para atenuar las molestias propias de esta etapa y de éste grupo de mujeres, 96% casi en su totalidad, mencionan la terapia de reemplazo hormonal.

Sin embargo en cuanto a estilos de vida saludable estos datos obtenidos concuerdan con los hallazgos de Pérez en Barquisimeto-Lara (2006), donde se encontró que la importancia de los hábitos de alimentación y la actividad física diaria el 49% se ubicó en la categoría de malo y sobre la existencia de tratamiento para la mujer en etapa de climaterio, el 61% también se ubicó en la categoría de deficiente.

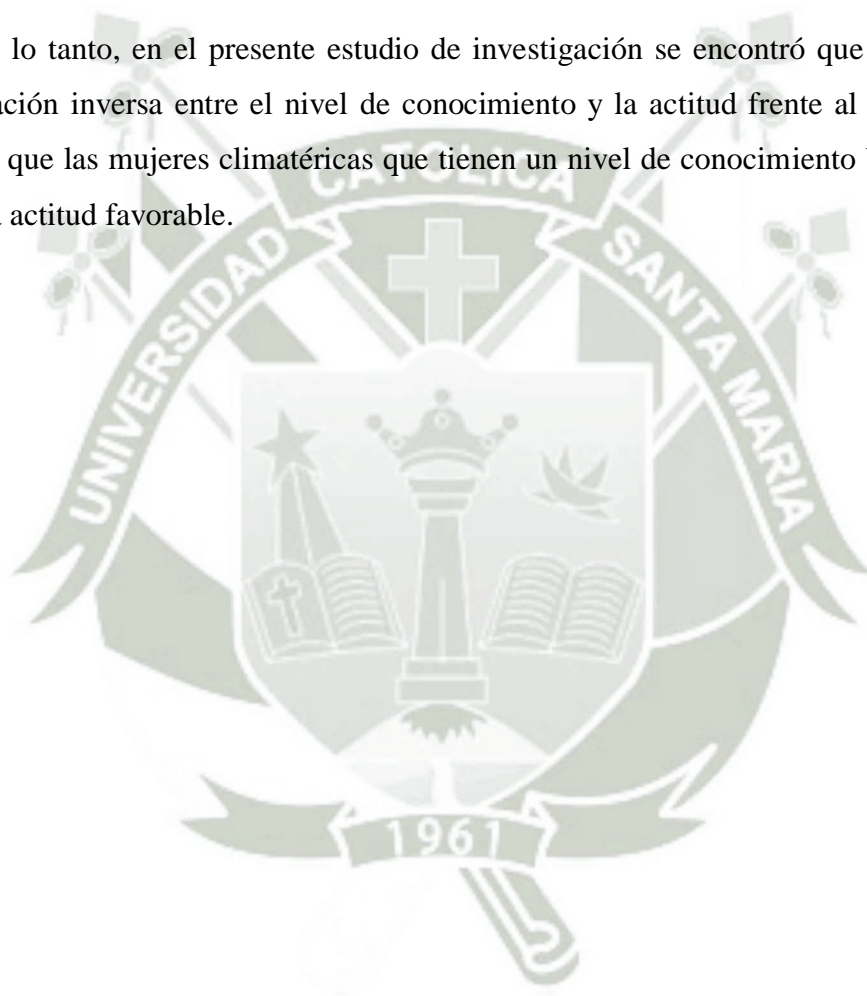
En nuestro estudio las mujeres entrevistadas de 40-54 años que fueron 356, el 62.1% tenían un nivel de conocimiento bajo con respecto al climaterio, lo que coincide en lo encontrado por Pérez en Barquisimeto-Lara (2006), donde se obtuvo que el 57.5% tuvo un nivel de conocimiento deficiente sobre el climaterio; contrario a estos resultados resaltan los encontrados por Lecca y Pinchirumy, Tarapoto (2012): “Relación entre el nivel conocimiento y actitud frente al climaterio en mujeres atendidas en el Hospital 2 II-Tarapoto”, reportan que el 65.8 % tienen un nivel de conocimiento alto.

En cuanto a la actitud, en nuestro estudio encontramos que el 55.6% tenían una actitud favorable, semejándose a los resultados encontrados por Lecca y Pinchirumy, Tarapoto (2012), que describen que las tendencias actitudinales eran favorables en el 97.3%. Otro estudio también concuerda con el estudio realizado por Álvarez, Martín y Bordonas (2008): “Conocimiento y actitud sobre el climaterio en mujeres entre 40 y 50 años” que describe que la actitud frente al climaterio en un 75% de las mujeres encuestadas era un nivel alto.



En cuanto a la relación entre nivel de conocimiento y actitud, se presenta el cruce de las variables conocimiento y actitud frente al climaterio en mujeres entrevistadas en el C.S Maritza Campos Díaz de 40-54 años, observamos que de las 356 entrevistadas; 62.1% tenían un nivel conocimiento bajo y el 55.6% tomaron una actitud favorable. Este resultado diverge con el estudio realizado por Lecca y Pinchirumy, Tarapoto (2012), que reporta que de las mujeres entrevistadas, el 65.8% tenían un nivel de conocimiento alto y en cuanto a las actitudes el 97.3% tenían una actitud favorable.

Por lo tanto, en el presente estudio de investigación se encontró que existe una relación inversa entre el nivel de conocimiento y la actitud frente al climaterio, por que las mujeres climatéricas que tienen un nivel de conocimiento bajo tienen una actitud favorable.

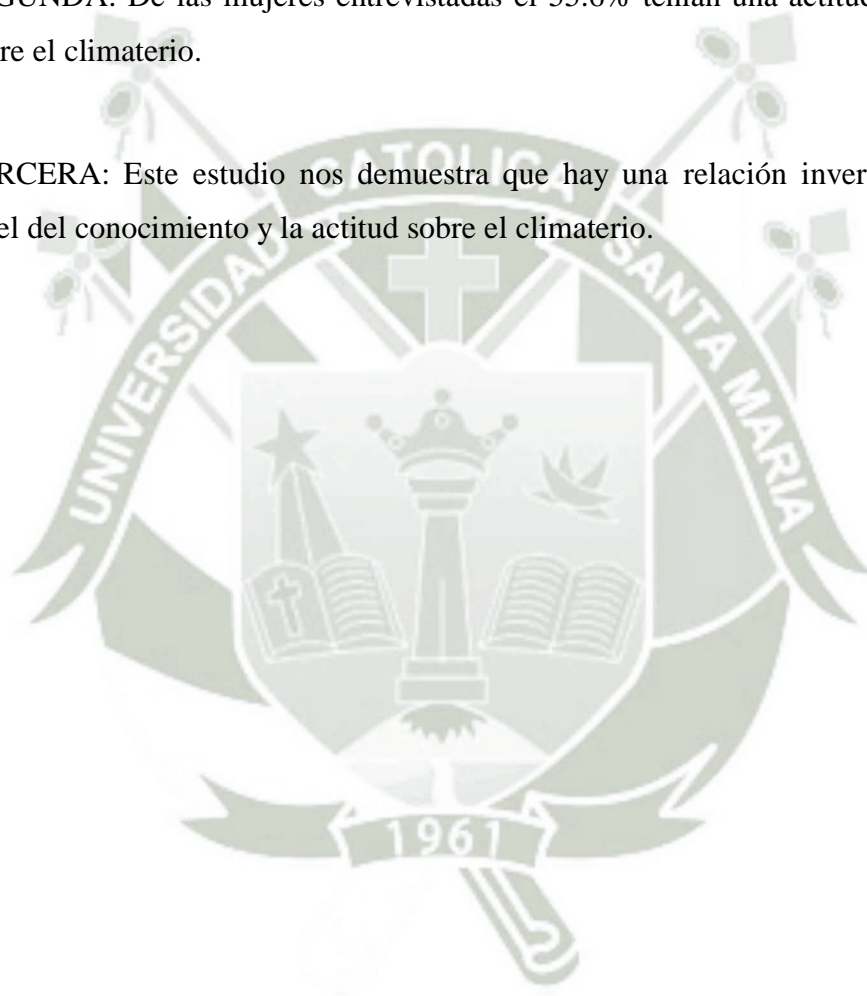


## CONCLUSIONES

PRIMERA: De las mujeres entrevistadas, el 62.1% tenían un nivel de conocimiento bajo sobre el climaterio.

SEGUNDA: De las mujeres entrevistadas el 55.6% tenían una actitud favorable sobre el climaterio.

TERCERA: Este estudio nos demuestra que hay una relación inversa entre el nivel del conocimiento y la actitud sobre el climaterio.



## RECOMENDACIONES

Claramente se ha demostrado que existe un enorme vacío en cuanto a la información que las pacientes tienen sobre este tema y considerando que esto pasa a ser un problema poblacional más que individual, se considera necesario dar a conocer los resultados a las autoridades del Centro de Salud Maritza Campos Díaz, para incentivar la programación de actividades educativas, con la finalidad de actualizar al personal de salud y formar grupos de talleres a las mujeres para fomentar la práctica de estilos de vida saludables y a la vez aclarar muchos de los temores y tabúes que existe sobre este tema.

De manera que, las mujeres poseen pocas oportunidades de información directa y personalizada, fundamentalmente por la escasa disponibilidad de tiempo de los médicos tratantes; en consecuencia, para realizar prevención primaria sobre climaterio, se considera necesario tomar medidas para dar y mejorar el conocimiento de las pacientes sobre todo lo concerniente con el climaterio, para ello se recomienda planificar y llevar a cabo charlas, diseñar y repartir folletos y publicar carteleros con información alusiva a esta materia manteniendo siempre un lenguaje de fácil comprensión para las pacientes para que sean multiplicadoras de la información tanto a nivel familiar como en la comunidad.

Considerando que el nivel de conocimiento tiene una relación moderada con la actitud, se debe seguir brindando la información adecuada, pero también se sugiere elaborar otros estudios de investigación para conocer cuáles son los factores que se relacionan directamente con la actitud.



## BIBLIOGRAFÍA BÁSICA

### LIBROS

- Cárdenas Y. Climaterio empezar de nuevo. 1<sup>ra</sup> ed. Arequipa: 2013. 120 p.
- Ramos F. El climaterio. 1ra ed. Arequipa: 2005. 160 p.
- Landeau R. Elaboración de trabajo de investigación [Internet]. 1ra ed. Venezuela: Alfa; 2007 [Citado 17 enero 2015].197 p. Disponible en:  
<https://books.google.com.pe/books?isbn=9803542141>
- Cornachione M. Psicología del desarrollo (aspectos biológicos, psicológicos y sociales). [Internet]. 1ra ed. Córdova: brujas; 2006. [Citado 17 enero 2015]. 298 p. Disponible en:  
<https://books.google.com.pe/books?isbn=9874306025>
- Gómez D, López P, Castilla C. et al. ATS/DUE del Servicio Gallego de Salud: Temario específico. [Internet]. 1ra ed. España: MAD SL; 2006. [Citado 17 enero 2015]. 667 p. Disponible en:  
<https://books.google.com.pe/books?isbn=8466551204>
- Asili N. Vida plena en la vejez. [Internet]. 2º ed. México: Pax; 2006. [Citado 26 febrero 2015]. 382 p. Disponible en:  
<https://books.google.com.pe/books?isbn=9688607126>
- Sociedad Peruana del Climaterio. Guía de práctica clínica sobre climaterio y menopausia. 1ra ed. Perú; Revistas Peruanas SAC; 2008. 116 p.
- Ulla H. La Menopausia. Guía Práctica supera los desafíos físicos y psicológicos. [Internet]. 1ª ed. Barcelona: Robinbook; 2009. [Citado 16 enero 2015]. 253 p. Disponible en:  
<https://books.google.com.pe/books?isbn=8479279885>
- Colegio Médico del Perú. Guía de práctica clínica y de procedimientos en Ginecología. [Internet]. 1ra ed. Perú; 2010. [Citado 17 enero 2015]. 187 p. Disponible en:  
[http://www.cmp.org.pe/index.php?option=com\\_content&view=article&id=1153:guias-de-practicas-y-procedimientos-en-ginecologia&catid=70:guia-medica](http://www.cmp.org.pe/index.php?option=com_content&view=article&id=1153:guias-de-practicas-y-procedimientos-en-ginecologia&catid=70:guia-medica)

- Morales P. Medición de actitudes en psicología y educación. [Internet]. 3ra ed. España: Universidad Pontificia Comillas; 2006. [Citado 16 enero 2015]. 653 p. Disponible en:  
<https://www.google.com.pe/search?hl=es&tbo=p&tbm=bks&q=isbn:8484681904>
- Márquez A, Pacheco K. Programa educativo enfocado en la etapa del climaterio dirigido a mujeres en edades comprendidas entre 35 y 45 años que asisten a la consulta de Ginecología del Ambulatorio Norte dos Pilitas en la Pastora en el distrito Capital [Tesis en internet]. Venezuela: Universidad Central de Venezuela; 2012. [Citado 17 enero 2015]. 83 p. Disponible en:  
<http://saber.ucv.ve/jspui/bitstream/123456789/1112/1/TESIS%20CLIMATERIO%20ALEXANDRA%20MARQUEZ%20KIMBERLY%20PACHECO.pdf>
- Lecca S, Pinchirumy N. Relación entre nivel de conocimiento y la actitud frente al climaterio en mujeres atendidas en el Hospital II-2-Tarapoto. Periodo Junio-setiembre 2012. [Tesis en internet]. Perú: Universidad Nacional de San Martín; 2012. [Citado 16 ene 2015]. 69 p. Disponible en:  
[http://www.unsm.edu.pe/spunsm/archivos\\_proyectox/archivo\\_108\\_Binder1.pdf](http://www.unsm.edu.pe/spunsm/archivos_proyectox/archivo_108_Binder1.pdf)
- Calderón L. Conocimientos, creencias y actitud sobre menopausia en mujeres de 47 a 60 años de edad, que acudieron a la consulta de Ginecología del Hospital Dr. José Carabaño Tosta. [Tesis en internet]. Venezuela: Maracay; 2011. [Citado 17 enero 2015]. 12 p. Disponible en:  
<http://www.portalesmedicos.com/publicaciones/articles/3739/2/Conocimientos,-creencias-y-actitud-sobre-menopausia-en-mujeres-de-47-a-60-a%F1os-de-edad>
- Pérez E. Nivel de conocimiento sobre climaterio en pacientes acuden a la consulta de climaterio del servicio de Ginecología Hospital Central Universitario. [Tesis en internet]. Barquisimeto: Universidad Centro

Occidental Lizandro Alvarado; 2007. [Citado 08 marzo 2015]. 62 p.

Disponible en:

[http://bibmed.ucla.edu.ve/Edocs\\_bmucla/Textocompleto/TWP580DV4P47n2007.pdf](http://bibmed.ucla.edu.ve/Edocs_bmucla/Textocompleto/TWP580DV4P47n2007.pdf)

- Salas J. Relación del nivel de conocimiento con la actitud hacia el climaterio y menopausia. C.S Ciudad Nueva. Tacna - junio 2005. [Tesis en internet]. Perú: Universidad Católica de Santa María; 2008. [Citado 21 mayo 2015]. 91 p. Disponible en:  
[http://cybertesis.ucsm.edu.pe/bibl\\_virt/tesis.php?href=at/2008/salas\\_rj/html/index-frames.html&codtesis=A2.0617.MG](http://cybertesis.ucsm.edu.pe/bibl_virt/tesis.php?href=at/2008/salas_rj/html/index-frames.html&codtesis=A2.0617.MG).

## HEMEROGRAFÍA

- Pichilingue S. Climaterio y Menopausia: Epidemiología y fisiopatología. Rev. Peruana Ginecología y Obstetricia. [Revista en internet]. 2008. [Citado 17 enero 2015]. (54): 71-78 pp. Disponible en:  
[http://sisbib.unmsm.edu.pe/bvrevistas/ginecologia/vol54\\_n2/pdf/a03v54n2.pdf](http://sisbib.unmsm.edu.pe/bvrevistas/ginecologia/vol54_n2/pdf/a03v54n2.pdf)
- Arnedillo M, Pozo F, Zarazaga M. Grado de información y actitudes de las mujeres pre menopáusicas sobre el climaterio. Rev. Matronas Prof. [Revista en internet]. 2005. [Citado 16 enero 2015]; 2(5): 35-39 pp. Disponible en:  
<http://www.federacion-matronas.org/revista/matronas-profesion/sumarios/i/7612/173/grado-de-informacion-y-actitudes-de-las-mujeres-premenopausicas-sobre-el-climaterio>
- Álvarez R, Martín E, Conocimiento y actitud sobre el climaterio en mujeres entre 40 y 50 años. Rev. Obstetricia y Ginecología. [Revista en internet]. 2008. [Citado 17 enero 2015] 68(1): 32-40 pp. Disponible en:  
<http://www.scielo.org.ve/pdf/og/v68n1/art07.pdf>
- Gómez C., Carmi C., Espinosa V.et al. Conocimiento que tienen sobre el climaterio mujeres entre 40-64 años usuarias de atención primaria. Rev. Chilena Obstetricia y Ginecología. [Revista en internet]. 2007. [Citado 18 mayo 2015]; 72(5): 321-328 pp. Disponible en:



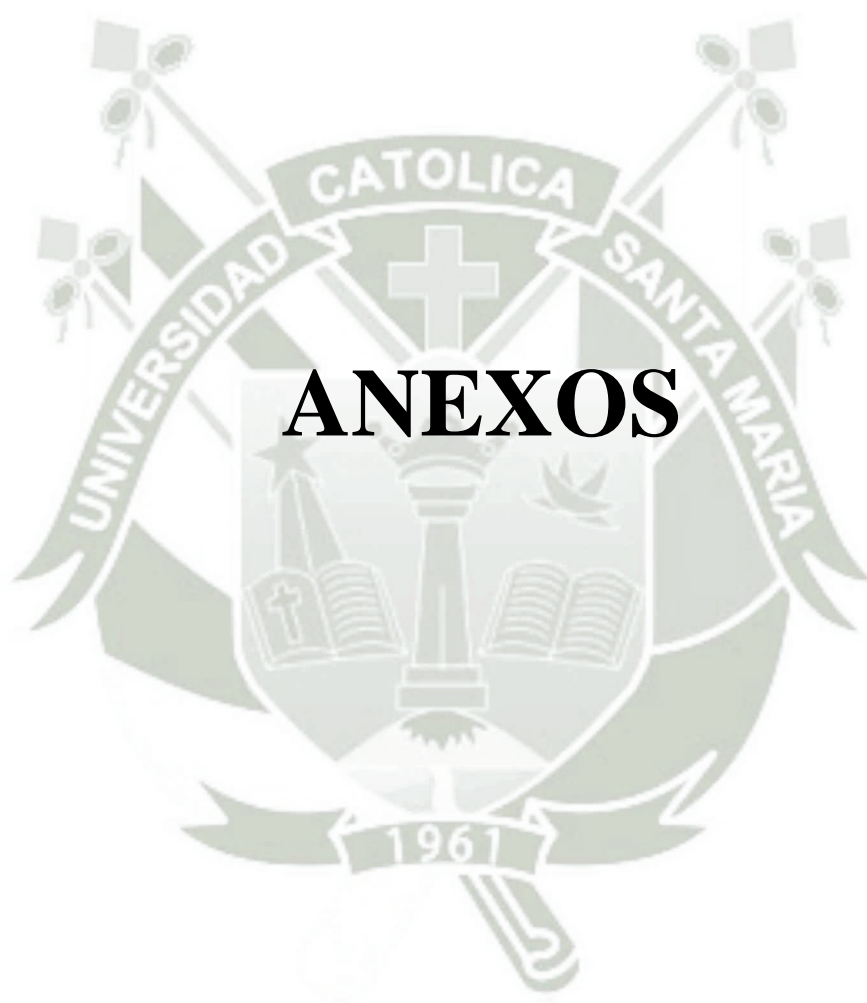
[http://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0717-75262007000500008&lng=es](http://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0717-75262007000500008&lng=es).

## PÁG. WEB

- Guías clínicas de diagnóstico y tratamiento servicio de Gineco obstetricia. Climaterio. [Internet]. [Citado 17 enero 2015]. 21 p. Disponible en: [http://www.hgm.salud.gob.mx/descargas/pdf/area\\_medica/gineco/guias\\_gineco/4\\_climaterio.pdf](http://www.hgm.salud.gob.mx/descargas/pdf/area_medica/gineco/guias_gineco/4_climaterio.pdf)
- Lavado F. Influencia del entorno familiar y laboral en relación a la autoestima de la mujer climatérica en el Hospital I Luís Albrecht Es Salud. [Internet]. Trujillo: 2007. [Citado 17 enero 2015]. 3 p. Disponible en: <http://www.monografias.com/trabajos55/climaterio/climaterio.shtml>
- Gutiérrez F. Aspectos psicológicos de la pre-menopausia. [Internet] México: 2009. Blog en Mexicanal; [Citado 26 febrero 2015]. Disponible en: <http://www.mexicanal.com/blog-entry/mtro-francisco-gutierrez/18132>
- Jano, es. [Internet]. Madrid: Elsevier; 2008. [Citado 16 enero 2015]. Disponible en: <http://www.jano.es/noticia-octubre-mes-mundial-menopausia-4256>
- Legorreta D. Actitudes y creencias acerca de la menopausia. [Internet]. Cuba: 2012. [Citado 16 enero 2015]. Disponible en: <http://www.mimenopausia.com/opinion-experta/actitudes-y-creencias-acerca-de-la-menopausia/>
- Rosas R. Mi vida con la menopausia. [Internet]. España. [Citado 16 enero 2015]. Disponible en: <http://www.miqueridamenopausia.com/anos-de-cambio/>
- R.M. Laura y S.B. Miriam. Fases del climaterio. [Internet]. 2011. [Citado 8 marzo 2015]. 11 p. Disponible en: <http://climateriomenopausia.blogspot.com/p/fases-del-climaterio.html>
- Jaramillo C. Etapas del climaterio. [Internet]. 2009. [Citado 8 marzo 2015]. Disponible en: <http://www.ginecobstetra.com/menopausia/index-1.html>

- Malave N. Trabajo modelo para enfoques de investigación acción participativa programas nacionales de formación. Escala tipo Likert. [Internet]. Maturin: Universidad Politécnica experimental de Paria; 2007. [Citado 18 mayo 2015] .13 p. Disponible en: <http://uptparia.edu.ve/documentos/F%C3%ADsico%20de%20Escala%20Likert.pdf>





# ANEXOS



## ANEXO 1

### CARTA DE CONSENTIMIENTO INFORMADO

Entiendo que los bachilleres en Obstetricia y Puericultura están realizando un estudio acerca del climaterio, como requisito para que obtengan su título de Licenciadas en Obstetricia.

El estudio titula: “Relación entre el nivel de conocimiento y la actitud sobre el climaterio en mujeres de 40 a 54 años. Centro de Salud Maritza Campos Díaz, abril 2015.

Solicitan mi participación voluntaria en una entrevista, donde será necesario que yo responda un cuestionario anónimo sobre lo que pienso acerca de algunos aspectos del climaterio. Se comprometen a proporcionarme mayor información, si yo llegara a tener dudas respecto a lo que ellas investigan. Se me ha dicho que tengo la libertad de retirarme si al momento de la entrevista no estoy de acuerdo con lo que se me pregunta, también se me ha explicado que los datos que yo proporcione serán confidenciales y que no hay posibilidad de mi identificación individual. Conociendo todo esto, estoy de acuerdo en participar y doy mi consentimiento para ello.

Entrevistado:

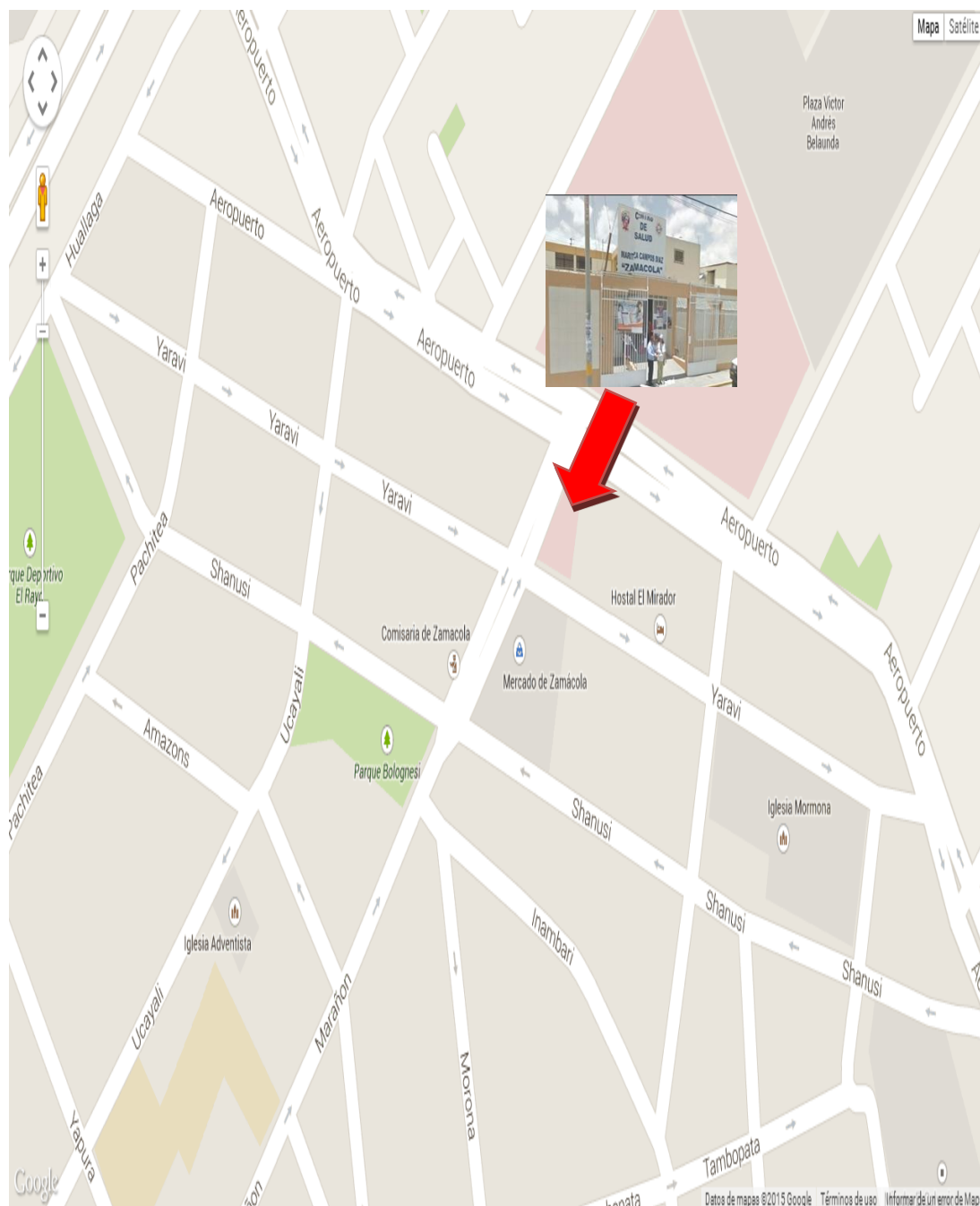
---

Firma y DNI

Fecha:\_\_\_\_\_

## ANEXO 2

### CROQUIS DEL CENTRO DE SALUD MARITZA CAMPOS DIAZ



## ANEXO 3

### YESSDE 2015

#### ENCUESTA DE ESTUDIO

Estimada señora el presente cuestionario es anónimo, estamos interesados en realizar un estudio. Titulado: **RELACIÓN ENTRE EL NIVEL DE CONOCIMIENTO Y ACTITUD SOBRE CLIMATERIO EN MUJERES DE 40 a 54 AÑOS, QUE ASISTEN A LOS SERVICIOS DEL C.S. MARITZA CAMPOS DIAZ.** Las respuestas que usted nos brinde serán usadas estrictamente en el desarrollo de la presente investigación y mantendrán su carácter de confidenciales y anónimas. Esperamos que sus respuestas sean sinceras por tratarse de un estudio de investigación. Le agradecemos de antemano por su colaboración.

**Marque con una X la respuesta correcta:**

#### **I. DATOS GENERALES**

##### **1. EDAD.....**

- a) 40-45
- b) 46-50
- c) 51 -54

##### **2. OCUPACION**

- a) Ama de casa
- b) Independiente
- c) Dependiente

##### **3. ESTADO CIVIL**

- a) Soltera
- b) Casada
- c) Conviviente
- d) Separada
- e) Viuda

##### **4. PROCEDENCIA:**

- a) Rural
- b) Urbana

##### **5. GRADO DE INSTRUCCIÓN**

- a) Primaria completa
- b) Primaria incompleta
- c) Secundaria completa
- d) Secundaria incompleta
- e) Superior universitario
- f) Superior no universitario

#### **II. NIVEL DE CONOCIMIENTO SOBRE EL CLIMATERIO**

1. **¿Qué entiende por climaterio (cambio de vida)?** (Rpta: b)
  - a) Enfermedad en la que se producen alteraciones en los valores de azúcar en sangre en la mujer adulta.
  - b) Etapa normal de la mujer donde pasa de la vida reproductiva a la no reproductiva.
  - c) Conjunto de signos y síntomas que se producen como consecuencia del aumento de peso en mujeres mayores de 40 años.



- 2. ¿Cuál es la causa del climaterio (cambio de vida)?** (Rpta: c)
- a) No se
  - b) Disminución de los niveles de calcio y aumento de los niveles de colesterol
  - c) Disminución de las hormonas femeninas (estrógenos), o por la extracción de los ovarios.
- 3. ¿Cuáles son las etapas del climaterio (cambio de vida)?** (Rpta: c)
- a) Pre menopausia y Post menopausia
  - b) Menopausia y Post menopausia
  - c) Pre menopausia, Menopausia y Post menopausia
- 4. ¿Cuáles son los signos y síntomas que se presentan en el climaterio (cambio de vida)?**(Rpta: a)
- a) Sudoración, bochornos, ansiedad, irritabilidad, osteoporosis, enfermedades del corazón, alteraciones menstruales, dolor de cabeza, entre otros.
  - b) Sangrado nasal, dolor de estómago, escalofríos, pérdida de la visión, cansancio y debilidad general.
  - c) Sudoración, fiebre, mucha sed, ganas de comer bastante, vómitos, heces negras, arrugas y alteraciones menstruales.
- 5. ¿Los signos y síntomas en el climaterio (cambio de vida) se presentan en todas las mujeres con igual intensidad?**(Rpta: b)
- a) Si
  - b) No
  - c) No se
- 6. Fumar aumenta el riesgo de los bochornos.**(Rpta: a)
- a) Si
  - b) No
  - c) No se
- 7. Tratamiento individualizado durante el climaterio (cambio de vida) puede ser:** (Rpta: a)
- a) Hormonas y suplemento de calcio, hierbas medicinales y estilos de vida saludable.
  - b) Vitaminas
  - c) No se debería usar tratamiento para el climaterio

**8. Marque la afirmación correcta.**

(Rpta: b)

- a) Fumar alivia la depresión
- b) Las medicinas naturales es una opción para mejorar las molestias del climaterio (cambio de vida)
- c) Todas las mujeres deben recibir tratamiento hormonal.

**9. Durante el climaterio (cambio de vida) se recomienda:**

(Rpta: c)

- a) Dormir dos horas después de cada comida.
- b) Aumentar el consumo de café, carnes rojas y control de la presión arterial.
- c) Aumentar el consumo de frutas, vegetales y control de peso corporal.

**10. Durante el climaterio (cambio de vida) es importante realizar ejercicio porque: (Rpta:b)**

- a) Previene la caída de cabello.
- b) Disminuye el riesgo de presentar enfermedades del corazón.
- c) Disminuye el estrés y diabetes no controlada.

**Tabla de YESSDE 2015:**

**LEYENDA: respuesta correcta.**

• CONCEPTOS GENERALES	• SIGNOS Y SINTOMAS	• MANEJO TERAPÉUTICO
Pregunta 1: b	Pregunta 4: a	Pregunta 7: a
Pregunta 2: c	Pregunta 5: b	Pregunta 8: b
		Pregunta 9: c
• ETAPAS	• FACTORES QUE INFLUYEN	Pregunta 10: b
Pregunta 3: c	Pregunta 6: a	

**PUNTAJE:**

Respuesta correcta: 1 punto.

Respuesta incorrecta: 0 puntos.

**CALIFICACIÓN**

Alto: 8-10 puntos.

Medio: 6-7 puntos

Bajo: 0-5 puntos

## ANEXO 4

### Test ESTEKE 2015

### EN CUANTO A LA ACTITUD

Marque con una “X” la que usted considera correcta

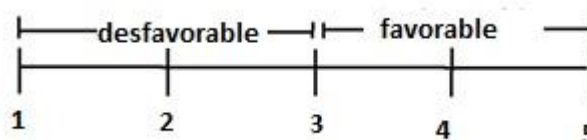
ÍTEMS	TA	A	I	D	TD
1. Si tuviera bochornos serian fáciles de sobrellevar y no me producirían molestias.					
2. Entiendo mis probables dolores de cabeza son un síntoma normal durante esta etapa de mi vida.					
3. Debo acudir con urgencia al médico porque orino frecuentemente					
4. Las relaciones sexuales con mi pareja pueden causar dolor y las evito definitivamente.					
5. Si yo tuviera alguna molestia estaría dispuesta a recibir tratamiento para el climaterio.					
6. Los remedios caseros y buenos estilos de vida saludables me ayudaran a mejorar esta etapa de mi vida.					

### CALIFICACIÓN:

- Se sumará el puntaje de cada ítems:

Ítems	TA: Totalmente de acuerdo	A: De acuerdo	I: Indeciso	D: En desacuerdo	TD: Totalmente en desacuerdo
1,2,5,6	5 punto	4 puntos	3 puntos	2 puntos	1 punto
3,4	1 punto	2 puntos	3 puntos	4 puntos	5 puntos

- Dividir la puntuación total sobre el número de ítems (6).
- El resultado se ubicara en la siguiente regla para calificar la actitud:





## ANEXO 5

### TABLAS DE VALIDACIÓN Y CONFIABILIDAD PARA EL INSTRUMENTO DE NIVEL DE CONOCIMIENTO

#### CONFIABILIDAD

##### Estadísticos de fiabilidad

Alfa de Cron Bach	N de elementos
.611	10

#### VALIDEZ DE CONSTRUCTO

##### KMO y prueba de Bartlett

Medida de adecuación muestral de Kaiser-Meyer-Olkin.		.573
Prueba de esfericidad de Bartlett	Chi-cuadrado aproximado	98.638
	gl	36
	Sig.	.000

##### Varianza total explicada

Componente	Autovalores iniciales			Sumas de las saturaciones al cuadrado de la extracción		
	Total	% de la varianza	% acumulado	Total	% de la varianza	% acumulado
1	3.211	32.111	32.111	3.211	32.111	32.111
2	1.577	15.773	47.884	1.577	15.773	47.884
3	1.315	13.148	61.033	1.315	13.148	61.033
4	1.058	10.576	71.609	1.058	10.576	71.609
5	1.003	10.033	81.642	1.003	10.033	81.642
6	.695	6.946	88.588			
7	.505	5.053	93.641			
8	.396	3.959	97.600			
9	.240	2.400	100.000			
10	1.65E-016	1.65E-015	100.000			

Método de extracción: Análisis de Componentes principales.

## ANEXO 6

### TABLAS DE CONFIABILIDAD Y VALIDACIÓN PARA EL INSTRUMENTO DE ACTITUD

#### CONFIABILIDAD DE ACTITUD

Confiabilidad del instrumento

##### Estadísticas de fiabilidad

Alfa de Cron Bach	N de elementos
,675	6

#### VALIDACIÓN

##### KMO y prueba de Bartlett

Medida Káiser-Meyer-Olkin de adecuación de muestreo		,630
Prueba de esfericidad de Bartlett	Aprox. Chi-cuadrado	39,335
	gl	15
	Sig.	,001

##### Varianza total explicada

Componente	Autovalores iniciales			Sumas de extracción de cargas al cuadrado		
	Total	% de varianza	% acumulado	Total	% de varianza	% acumulado
1	2,833	47,224	47,224	2,833	47,224	47,224
2	1,398	23,307	70,531	1,398	23,307	70,531
3	,701	11,684	82,215			
4	,586	9,769	91,984			
5	,303	5,052	97,036			
6	,178	2,964	100,000			

Método de extracción: análisis de componentes principales.

## ANEXO 7

### MATRIZ DE DATOS

NPaciente	EDAD	CODIFICACION edad	OCCUPACION	ESTADOCIVIL	PROCEDENCIA	GRADODEINSTRUCCIÓN	Puntaje C-1	Puntaje C-2	Puntaje C-3	Puntaje C-4	Puntaje C-5	Puntaje C-6	Puntaje C-7	Puntaje C-8	Puntaje C-9	Puntaje C-10	sumacon	CODIFICACION sumacon	Puntaje 1 A	Puntaje 2 A	Puntaje 3 A	Puntaje 4 A	Puntaje 5 A	Puntaje 6 A	suma	Resultado	CODIFICACIONresultado
1	42	1	1	3	2	3	0	0	0	1	1	1	1	0	1	0	5	1	4	2	2	1	4	4	17	2.8	1
2	44	1	2	1	2	4	1	0	0	1	1	1	0	0	1	0	5	1	2	4	2	2	5	4	19	3.2	2
3	47	2	1	3	1	1	1	1	0	1	1	0	0	1	1	0	6	2	2	4	2	2	3	4	17	2.8	1
4	46	2	2	5	2	6	1	1	0	1	0	1	1	0	1	1	7	2	3	5	2	1	5	5	21	3.5	2
5	47	2	2	2	2	2	1	1	0	1	1	0	0	1	1	0	6	2	2	4	1	3	4	4	18	3	1
6	40	1	1	2	2	3	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	8	3	4	4	4	4	5	5	26	4.3	2
7	54	3	2	3	2	2	0	0	1	1	1	0	0	1	1	0	5	1	3	4	2	4	4	4	21	3.5	2
8	46	2	1	4	2	6	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	3	5	5	2	3	5	4	24	4	2
9	48	2	1	3	2	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	0	7	2	5	4	1	2	5	5	22	3.7	2
10	45	1	1	3	2	3	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	8	3	5	3	1	5	4	5	23	3.8	2
11	46	2	1	2	2	2	1	0	0	1	0	0	0	0	1	0	3	1	2	2	1	1	4	4	14	2.3	1
12	50	2	2	2	2	4	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	8	3	5	5	1	1	5	4	21	3.5	2
13	51	3	2	1	2	3	0	1	1	1	1	0	1	1	1	0	7	2	5	4	5	1	3	5	23	3.8	2
14	41	1	2	3	2	3	1	0	0	1	0	0	1	1	1	0	5	1	1	3	2	1	4	5	16	2.7	1
15	43	1	3	3	2	3	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	9	3	5	3	2	2	5	4	21	3.5	2
16	41	1	2	3	2	4	0	0	0	1	0	1	1	1	1	1	6	2	4	4	4	2	4	4	22	3.7	2
17	40	1	1	3	2	6	1	1	1	0	0	0	1	1	1	1	7	2	2	3	2	4	4	4	19	3.2	2
18	46	2	1	3	2	4	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	1	1	2	2	2	1	3	5	15	2.5	1
19	52	3	1	2	2	4	1	1	0	1	1	0	1	0	1	0	6	2	4	4	2	2	5	4	21	3.5	2
20	50	2	1	2	2	3	0	0	0	1	1	0	0	0	1	0	3	1	4	2	2	1	4	3	16	2.7	1
21	40	1	1	3	2	3	0	1	0	1	1	0	0	1	1	0	5	1	2	4	2	4	5	4	21	3.5	2
22	43	1	1	2	2	1	1	1	0	1	0	1	0	1	1	0	6	2	5	4	2	4	3	3	21	3.5	2
23	54	3	1	2	2	1	0	1	0	1	0	0	0	1	1	0	4	1	4	4	1	2	5	4	20	3.3	2
24	52	3	2	4	2	2	1	0	1	1	1	0	0	0	1	1	6	2	2	2	1	3	3	4	15	2.5	1
25	46	2	2	2	2	5	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	9	3	4	5	2	2	4	5	22	3.7	2
26	54	3	1	2	2	5	1	1	0	1	1	1	0	1	1	0	7	2	4	5	2	4	5	5	25	4.2	2
27	43	1	2	3	2	3	0	1	1	0	1	1	1	1	1	0	7	2	5	4	2	3	5	3	22	3.7	2
28	49	2	1	3	2	2	0	0	1	1	1	1	0	1	1	0	6	2	4	4	2	4	5	2	21	3.5	2
29	40	1	1	4	2	2	0	0	0	1	1	1	0	1	1	0	5	1	2	4	2	3	4	2	17	2.8	1
30	46	2	1	2	2	4	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	8	3	4	4	2	3	4	4	21	3.5	2
31	43	1	2	3	2	4	1	1	0	1	0	1	0	1	1	1	7	2	2	4	2	2	4	4	18	3	1
32	52	3	3	4	2	4	0	1	1	1	1	0	1	1	1	0	7	2	4	4	2	3	5	4	22	3.7	2
33	46	2	3	1	2	3	1	1	1	1	0	1	0	0	1	1	7	2	4	4	4	2	4	4	22	3.7	2
34	40	1	2	3	2	2	0	1	0	1	0	0	0	1	1	0	4	1	1	2	2	2	4	4	15	2.5	1
35	48	2	3	3	2	2	0	0	1	1	1	0	0	0	0	0	3	1	2	2	1	2	5	4	16	2.7	1
36	50	2	1	2	2	2	1	0	1	0	1	1	0	1	1	0	6	2	2	3	1	3	4	5	18	3	1
37	40	1	1	2	2	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	0	7	2	5	5	1	4	4	4	23	3.8	2
38	43	1	2	2	2	3	1	0	1	1	1	1	0	0	1	1	7	2	4	4	1	4	5	5	23	3.8	2



39	53	3	1	3	2	1	0	0	0	1	1	0	1	1	1	1	6	2	4	4	2	4	5	4	23	3.8	2
40	43	1	1	2	2	1	0	0	0	1	1	0	0	1	1	0	4	1	2	2	2	2	5	5	18	3	1
41	41	1	2	3	2	3	1	1	0	0	1	0	1	1	1	0	6	2	4	4	3	2	5	3	21	3.5	2
42	54	3	1	2	2	2	0	1	1	1	1	1	1	0	1	0	7	2	4	4	2	2	5	5	22	3.7	2
43	51	3	2	2	2	2	1	1	0	1	1	0	0	1	1	1	7	2	5	4	3	4	5	5	26	4.3	2
44	45	1	2	1	2	3	0	1	1	1	1	0	1	1	0	0	6	2	3	4	3	3	4	4	21	3.5	2
45	40	1	3	3	2	6	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	8	3	3	4	2	3	5	4	21	3.5	2
46	50	2	1	4	2	2	1	1	0	1	1	0	1	0	1	0	6	2	2	5	2	3	5	5	22	3.7	2
47	54	3	1	3	2	4	1	1	0	1	0	0	1	0	1	0	5	1	4	4	1	4	4	4	21	3.5	2
48	40	1	1	4	2	2	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	8	3	4	3	4	5	4	4	24	4	2
49	40	1	1	2	2	2	1	1	0	1	0	1	0	0	1	1	6	2	4	4	2	4	4	5	23	3.8	2
50	54	3	1	2	2	6	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	9	3	4	4	4	2	5	5	24	4	2
51	40	1	1	2	2	1	0	1	0	1	1	0	0	1	1	1	6	2	4	4	3	1	5	3	20	3.3	2
52	43	1	2	4	2	4	0	0	0	0	1	1	0	0	1	1	4	1	2	3	1	3	4	4	17	2.8	1
53	42	1	1	3	2	1	0	0	0	1	1	1	0	0	1	1	5	1	2	2	2	3	4	4	17	2.8	1
54	40	1	2	4	2	4	0	0	0	1	1	1	1	0	1	0	5	1	4	4	1	1	4	4	18	3	1
55	40	1	1	2	2	4	1	0	1	1	0	1	0	1	1	1	7	2	4	4	2	3	4	4	21	3.5	2
56	48	2	1	3	2	4	1	0	0	1	1	0	0	1	1	1	6	2	5	4	2	2	4	4	21	3.5	2
57	43	1	1	2	2	2	0	0	1	0	1	0	0	0	1	0	3	1	5	3	2	2	4	4	20	3.3	2
58	47	2	2	3	2	4	1	1	0	1	1	0	0	0	1	1	6	2	2	4	3	4	4	4	21	3.5	2
59	42	1	3	2	2	5	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	9	3	5	4	4	4	5	5	27	4.5	2
60	52	3	1	2	2	3	1	1	0	1	1	0	1	0	1	0	6	2	4	4	4	4	4	4	24	4	2
61	41	1	1	3	2	1	0	0	0	1	0	0	1	1	1	0	4	1	2	4	1	2	4	5	18	3	1
62	46	2	2	3	2	4	0	0	0	1	1	0	1	1	1	1	6	2	4	4	1	4	4	4	21	3.5	2
63	45	1	1	2	2	3	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	8	3	5	4	2	4	5	4	24	4	2
64	44	1	3	4	2	3	0	1	0	1	1	0	0	1	1	0	5	1	2	2	2	3	5	5	19	3.2	2
65	40	1	1	2	2	3	1	1	0	1	1	0	0	0	1	0	5	1	4	4	2	4	5	4	23	3.8	2
66	50	2	1	2	2	3	0	0	0	1	1	0	0	1	1	1	5	1	5	4	3	4	5	4	25	4.2	2
67	47	2	1	4	2	4	1	1	0	1	0	0	0	0	1	0	4	1	2	2	3	2	4	3	16	2.7	1
68	44	1	1	3	2	2	0	0	0	1	0	0	0	1	1	0	3	1	2	4	1	1	3	4	15	2.5	1
69	40	1	2	2	2	6	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	3	4	4	4	4	5	4	25	4.2	2
70	44	1	2	3	2	2	0	0	0	1	1	0	0	0	1	0	3	1	2	1	4	2	5	5	19	3.2	2
71	47	2	3	2	2	6	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	8	3	4	4	3	4	5	5	25	4.2	2
72	40	1	3	2	2	5	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	9	3	4	4	1	4	4	4	21	3.5	2
73	40	1	2	3	2	4	1	0	0	1	1	0	0	0	1	0	4	1	3	4	4	4	4	4	23	3.8	2
74	45	1	1	2	2	3	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	8	3	4	5	2	1	2	4	18	3	1
75	45	1	1	2	2	2	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	1	1	3	2	2	2	4	4	17	2.8	1
76	49	2	2	5	2	3	0	0	0	1	1	0	0	0	1	0	3	1	2	4	4	3	4	4	21	3.5	2
77	49	2	1	2	2	4	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	8	3	4	5	2	1	4	5	21	3.5	2
78	48	2	2	4	2	2	0	1	0	1	1	1	0	0	1	0	5	1	5	4	2	4	5	4	24	4	2
79	42	1	1	3	2	3	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	9	3	4	5	2	2	4	4	21	3.5	2
80	41	1	1	2	2	2	0	0	0	1	1	0	0	1	1	0	4	1	2	2	3	2	3	4	16	2.7	1
81	40	1	1	2	2	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	9	3	4	2	2	2	4	5	19	3.2	2
82	40	1	1	3	2	3	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	8	3	4	5	2	2	4	5	22	3.7	2
83	43	1	1	4	2	6	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	9	3	5	4	4	3	5	5	26	4.3	2
84	46	2	1	2	2	3	1	0	0	1	1	0	0	1	1	0	5	1	4	4	3	4	4	5	24	4	2
85	42	1	1	2	2	3	1	1	0	1	0	0	1	0	1	1	6	2	2	4	2	4	5	4	21	3.5	2
86	50	2	1	2	2	3	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	9	3	4	4	4	4	5	4	25	4.2	2
87	40	1	1	3	2	4	0	0	0	1	0	1	0	1	1	0	4	1	2	2	1	2	4	4	15	2.5	1
88	46	2	1	3	2	4	1	1	0	1	1	1	0	0	1	1	7	2	5	2	3	5	4	2	21	3.5	2
89	42	1	1	3	2	1	0	0	0	1	0	1	1	0	0	0	3	1	1	1	1	3	3	2	11	1.8	1
90	54	3	1	2	2	6	0	0	1	1	1	1	1	0	1	0	6	2	3	5	3	4	5	5	25	4.2	2
91	44	1	3	3	2	2	0	0	0	1	0	1	0	1	1	0	4	1	5	2	4	3	5	4	23	3.8	2

92	41	1	1	3	2	1	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	2	1	1	5	2	3	4	5	20	3.3	2
93	40	1	1	2	2	5	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	3	5	4	4	3	4	3	23	3.8	2
94	54	3	2	5	2	3	1	0	0	1	0	1	1	0	1	1	6	2	2	3	5	3	5	5	23	3.8	2
95	42	1	1	3	2	5	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	8	3	1	2	4	5	5	5	22	3.7	2
96	53	3	2	2	2	3	1	0	0	1	0	0	1	1	1	0	5	1	1	4	1	3	4	4	17	2.8	1
97	45	1	1	2	2	3	0	0	1	0	0	1	1	1	1	0	5	1	3	5	2	2	4	4	20	3.3	2
98	43	1	2	3	2	4	0	0	0	1	1	1	0	0	0	0	3	1	4	4	4	5	5	5	27	4.5	2
99	53	3	2	4	2	3	1	1	1	1	0	1	0	1	1	0	7	2	4	5	3	5	5	4	26	4.3	2
100	40	1	1	2	2	3	0	1	0	1	1	0	0	1	1	1	6	2	1	5	4	2	4	3	19	3.2	2
101	51	3	1	3	2	1	0	0	0	1	0	0	1	0	1	0	3	1	4	5	2	2	2	3	18	3	1
102	44	1	2	1	2	3	1	1	0	1	1	1	0	0	1	1	7	2	5	2	2	1	3	4	17	2.8	1
103	52	3	1	3	2	2	0	0	0	1	1	0	0	1	1	0	4	1	1	3	1	4	3	4	16	2.7	1
104	40	1	1	2	2	3	1	1	0	1	1	0	0	1	1	0	6	2	2	3	4	3	3	4	19	3.2	2
105	47	2	1	3	2	4	1	1	0	1	1	0	1	1	0	0	6	2	2	5	3	5	4	4	23	3.8	2
106	45	1	2	2	2	1	0	0	0	1	0	0	0	1	1	0	3	1	1	2	4	3	5	3	18	3	1
107	53	3	2	2	2	2	0	0	0	0	0	0	0	1	0	1	2	1	2	4	1	1	3	5	16	2.7	1
108	40	1	1	3	2	4	0	0	0	1	0	0	1	0	1	0	3	1	3	4	4	1	2	5	19	3.2	2
109	45	1	1	2	2	3	0	0	0	0	0	1	0	1	1	0	3	1	4	5	5	1	4	3	22	3.7	2
110	40	1	1	3	2	6	0	0	1	1	0	1	0	1	0	0	4	1	4	1	4	3	5	4	21	3.5	2
111	46	2	1	3	2	4	0	0	0	1	1	0	0	1	1	1	5	1	4	1	1	4	2	3	15	2.5	1
112	40	1	1	3	2	4	1	1	0	0	0	0	0	1	0	0	3	1	5	4	1	3	3	5	21	3.5	2
113	43	1	1	2	2	3	1	1	1	1	0	1	0	1	0	1	7	2	5	1	3	5	3	3	20	3.3	2
114	45	1	1	1	2	2	0	1	0	1	1	1	0	1	0	0	5	1	5	3	5	4	3	4	24	4	2
115	53	3	2	1	2	6	1	1	0	1	1	1	0	0	1	1	7	2	3	5	2	1	2	5	18	3	1
116	48	2	1	2	2	5	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	8	3	3	4	5	4	5	4	25	4.2	2
117	48	2	2	2	2	3	0	0	1	0	0	1	1	0	0	1	4	1	5	2	4	2	3	5	21	3.5	2
118	43	1	2	3	2	2	0	0	0	0	1	0	0	1	1	0	3	1	2	1	1	3	3	3	13	2.2	1
119	40	1	1	2	2	6	0	1	1	1	0	1	1	0	1	1	7	2	4	5	1	3	4	5	22	3.7	2
120	52	3	1	2	2	5	1	1	0	1	1	0	1	0	1	1	7	2	2	4	4	4	4	1	19	3.2	2
121	41	1	1	3	2	4	0	0	1	1	1	0	0	0	1	0	4	1	2	2	1	2	4	4	15	2.5	1
122	51	3	1	4	2	2	1	0	1	1	0	0	1	0	1	1	6	2	2	2	2	2	5	4	17	2.8	1
123	42	1	2	4	2	4	1	1	0	0	1	1	0	1	1	0	6	2	2	3	2	1	4	4	16	2.7	1
124	43	1	1	3	2	2	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	1	1	2	4	2	2	4	3	17	2.8	1
125	44	1	1	2	2	4	1	1	1	1	0	1	0	1	1	0	7	2	4	2	4	2	2	2	16	2.7	1
126	40	1	1	2	2	1	1	0	0	0	1	0	1	0	1	1	5	1	3	4	1	5	3	4	20	3.3	2
127	50	2	3	3	2	3	1	1	1	0	1	1	0	0	1	1	7	2	4	4	1	2	4	4	19	3.2	2
128	40	1	1	2	2	2	0	0	0	1	0	1	1	0	1	0	4	1	5	1	5	1	3	2	17	2.8	1
129	48	2	2	4	2	4	1	1	0	1	1	0	1	1	1	0	7	2	4	3	1	2	4	3	17	2.8	1
130	40	1	1	2	2	3	1	1	0	1	0	0	0	1	1	0	5	1	3	1	1	5	2	1	13	2.2	1
131	47	2	1	4	2	2	0	0	1	1	0	1	1	1	1	0	6	2	1	1	4	5	5	4	20	3.3	2
132	41	1	2	1	2	4	0	1	0	1	0	1	1	0	1	1	6	2	4	4	2	2	4	4	20	3.3	2
133	54	3	1	3	2	4	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	8	3	5	4	2	2	5	4	22	3.7	2
134	50	2	3	2	2	1	0	0	1	0	1	0	0	1	1	0	4	1	5	3	3	2	2	3	18	3	1
135	45	1	3	3	2	4	1	0	1	1	0	1	1	0	1	1	7	2	2	3	4	4	5	5	23	3.8	2
136	50	2	1	3	2	4	0	1	0	0	1	0	1	1	0	0	4	1	2	2	4	5	4	4	21	3.5	2
137	46	2	1	1	2	1	1	0	0	0	0	0	0	0	1	0	2	1	2	3	2	5	4	3	19	3.2	2
138	43	1	1	2	2	3	1	1	1	1	1	0	1	0	1	0	7	2	5	4	5	3	1	4	22	3.7	2
139	40	1	1	3	2	2	0	0	0	1	0	1	0	1	1	1	5	1	3	5	4	3	3	3	21	3.5	2
140	40	1	1	3	2	6	1	1	0	1	1	0	0	1	1	1	7	2	2	3	1	3	4	4	17	2.8	1
141	45	1	2	2	2	3	0	0	1	0	0	0	0	0	1	0	2	1	4	1	2	1	4	3	15	2.5	1
142	48	2	1	4	2	3	1	1	0	1	0	1	0	1	1	1	7	2	5	4	2	3	4	4	22	3.7	2
143	40	1	2	4	2	4	1	0	0	1	1	0	0	0	1	0	4	1	5	3	3	5	3	3	22	3.7	2
144	52	3	2	1	2	3	1	1	0	0	0	0	0	1	1	0	4	1	1	1	5	4	4	5	20	3.3	2

145	54	3	2	2	2	3	1	0	0	1	1	0	0	1	1	0	5	1	2	1	4	2	2	3	14	2.3	1
146	40	1	1	1	2	2	0	0	0	0	0	0	1	0	1	1	3	1	3	2	1	3	5	4	18	3	1
147	48	2	1	2	2	3	1	1	1	1	0	1	0	0	0	1	6	2	4	4	4	3	5	4	24	4	2
148	50	2	2	2	2	6	1	1	0	1	1	0	1	1	1	0	7	2	5	2	3	1	5	5	21	3.5	2
149	40	1	1	2	2	4	1	0	1	1	1	1	0	1	1	0	7	2	5	5	4	2	3	5	24	4	2
150	44	1	1	1	2	2	0	0	0	0	0	1	0	1	1	1	4	1	2	4	3	2	4	4	19	3.2	2
151	40	1	3	2	2	5	1	1	0	1	1	0	1	0	1	1	7	2	4	4	4	3	4	3	22	3.7	2
152	45	1	1	3	2	1	1	0	0	0	0	1	0	1	1	0	4	1	3	5	1	4	2	4	19	3.2	2
153	46	2	3	2	2	6	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	9	3	4	5	3	3	5	4	24	4	2
154	51	3	1	4	2	2	1	0	0	0	1	0	1	1	1	0	5	1	3	3	2	4	4	5	21	3.5	2
155	40	1	1	3	2	3	0	0	0	1	0	0	0	1	0	0	2	1	3	5	2	3	5	5	23	3.8	2
156	41	1	1	3	2	4	0	0	0	1	0	1	0	0	1	0	3	1	1	4	3	1	3	5	17	2.8	1
157	49	2	1	2	2	2	0	1	0	0	0	0	0	1	0	0	2	1	5	2	2	5	4	3	21	3.5	2
158	45	1	1	3	2	3	1	1	0	1	1	0	0	0	1	1	6	2	4	2	4	5	4	3	22	3.7	2
159	45	1	2	2	2	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	8	3	4	4	5	3	4	5	25	4.2	2
160	42	1	1	2	2	2	0	0	0	1	0	0	1	1	1	0	4	1	2	1	4	4	3	3	17	2.8	1
161	42	1	1	2	2	3	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	8	3	4	4	2	3	4	4	21	3.5	2
162	48	2	1	2	2	2	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	2	1	4	3	4	4	4	4	23	3.8	2
163	45	1	2	3	2	4	1	0	0	1	1	0	1	1	1	1	7	2	3	4	4	3	3	5	22	3.7	2
164	40	1	2	3	2	4	0	1	0	1	1	1	0	0	1	1	6	2	4	3	3	3	5	5	23	3.8	2
165	43	1	1	1	2	4	1	0	1	1	1	0	1	0	1	1	7	2	4	2	4	2	5	4	21	3.5	2
166	45	1	1	2	2	3	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	9	3	5	5	1	1	5	4	21	3.5	2
167	49	2	1	3	2	1	0	1	0	1	1	0	1	1	1	0	6	2	1	2	2	4	5	4	18	3	1
168	48	2	1	4	2	3	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	9	3	2	4	2	5	5	5	23	3.8	2
169	40	1	2	3	2	4	0	0	0	0	1	0	0	1	1	1	4	1	1	1	2	5	4	5	18	3	1
170	42	1	2	3	2	3	1	1	1	1	1	0	1	0	1	1	8	3	5	5	5	5	5	5	30	5	2
171	50	2	2	4	2	4	1	0	0	1	1	0	0	0	1	0	4	1	5	5	2	2	5	5	24	4	2
172	40	1	2	1	2	6	0	0	0	1	1	1	0	0	1	1	5	1	2	4	4	2	4	4	20	3.3	2
173	40	1	3	3	2	2	0	0	0	0	1	0	0	1	1	0	3	1	2	1	2	1	4	5	15	2.5	1
174	54	3	1	4	2	1	0	0	1	1	1	0	0	1	0	0	4	1	1	1	1	3	5	4	15	2.5	1
175	43	1	2	2	2	4	1	0	0	1	1	0	0	0	1	0	4	1	2	2	2	1	2	4	13	2.2	1
176	46	2	1	3	2	3	0	0	1	0	0	0	0	1	1	1	4	1	2	2	1	2	4	5	16	2.7	1
177	40	1	2	2	2	3	0	0	1	1	1	0	1	0	1	0	5	1	2	2	1	4	4	4	17	2.8	1
178	44	1	2	1	2	2	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	1	1	2	1	2	1	4	4	14	2.3	1
179	47	2	1	2	2	6	0	1	0	1	0	0	0	1	1	0	4	1	1	1	4	1	2	4	13	2.2	1
180	49	2	1	5	2	1	0	0	0	1	1	0	1	1	1	1	6	2	4	2	1	2	4	4	17	2.8	1
181	40	1	1	3	2	3	0	0	0	1	1	0	1	1	1	0	5	1	1	4	1	2	4	5	17	2.8	1
182	48	2	3	3	2	2	0	0	0	1	1	0	1	1	1	0	5	1	2	4	1	2	4	5	18	3	1
183	43	1	1	2	2	1	1	0	0	0	0	0	0	1	1	0	3	1	1	1	2	4	4	5	17	2.8	1
184	46	2	1	3	2	1	0	0	0	1	0	1	0	0	1	0	3	1	4	4	1	2	4	4	19	3.2	2
185	51	3	1	5	2	4	1	0	0	1	1	1	0	0	1	1	6	2	4	5	4	2	2	3	20	3.3	2
186	52	3	3	2	2	3	1	1	0	0	1	0	1	0	1	0	5	1	2	1	1	1	5	4	14	2.3	1
187	52	3	1	2	2	1	1	0	0	1	1	1	0	1	1	1	7	2	4	4	4	4	5	5	26	4.3	2
188	50	2	2	1	2	4	1	0	1	1	1	0	1	0	1	1	7	2	4	5	1	4	5	5	24	4	2
189	40	1	1	4	2	1	0	0	0	0	1	0	1	1	1	0	4	1	2	1	4	4	4	4	19	3.2	2
190	46	2	1	3	2	4	0	0	0	1	1	1	0	1	1	0	5	1	4	4	4	2	5	4	23	3.8	2
191	41	1	3	1	2	6	0	0	1	0	0	0	0	1	1	0	3	1	5	4	4	4	5	4	26	4.3	2
192	53	3	1	2	2	4	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	8	3	2	1	1	4	4	5	17	2.8	1
193	40	1	1	2	2	3	0	1	0	0	1	1	0	0	1	1	5	1	2	1	1	2	4	5	15	2.5	1
194	44	1	1	2	2	1	1	0	0	1	1	0	0	1	1	0	5	1	1	1	1	3	5	5	16	2.7	1
195	53	3	1	3	2	2	1	0	0	0	0	0	0	1	1	0	3	1	2	1	4	4	2	2	15	2.5	1
196	48	2	2	2	2	4	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	8	3	1	2	1	4	5	4	17	2.8	1
197	53	3	1	4	2	6	0	0	0	1	1	0	0	1	1	1	5	1	5	2	4	4	5	4	24	4	2



198	53	3	1	2	2	4	0	1	1	1	1	0	0	0	1	1	6	2	4	1	2	2	5	4	18	3	1
199	47	2	1	2	2	3	0	0	0	1	0	0	0	1	1	0	3	1	4	5	2	4	4	5	24	4	2
200	40	1	2	3	2	3	0	1	0	1	1	0	0	1	1	0	5	1	4	4	1	4	3	4	20	3.3	2
201	52	3	1	1	2	4	0	0	0	1	1	0	1	1	1	0	5	1	1	1	4	4	4	5	19	3.2	2
202	42	1	2	1	2	3	0	0	0	0	1	1	0	0	1	0	3	1	4	2	3	3	4	4	20	3.3	2
203	40	1	1	3	2	4	1	0	0	1	1	0	0	1	0	1	5	1	2	1	2	2	4	5	16	2.7	1
204	43	1	2	3	2	2	0	0	1	0	0	0	0	0	1	0	2	1	2	1	2	2	4	4	15	2.5	1
205	43	1	1	2	2	3	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	8	3	4	4	4	1	4	4	21	3.5	2
206	54	3	1	2	2	5	1	1	1	0	1	0	0	0	1	0	5	1	1	1	4	4	2	4	16	2.7	1
207	47	2	1	2	2	3	0	1	0	1	1	0	1	0	1	0	5	1	1	2	2	4	4	5	18	3	1
208	47	2	1	3	2	1	0	0	0	0	1	0	0	1	1	0	3	1	1	1	1	4	2	5	14	2.3	1
209	49	2	1	3	2	4	1	1	0	1	1	0	1	0	1	0	6	2	4	2	2	2	2	4	16	2.7	1
210	50	2	1	2	2	3	1	1	0	1	1	0	0	1	0	0	5	1	2	1	2	3	2	5	15	2.5	1
211	52	3	1	4	2	3	1	0	0	1	1	0	0	1	1	0	5	1	2	1	2	1	4	5	15	2.5	1
212	50	2	1	3	2	4	0	1	0	1	0	0	0	1	1	1	5	1	1	2	1	2	5	4	15	2.5	1
213	54	3	1	2	2	4	1	1	0	1	1	0	0	0	1	0	5	1	4	4	4	2	4	5	23	3.8	2
214	41	1	2	4	2	3	1	1	0	1	1	0	0	1	1	0	6	2	3	5	4	3	5	4	24	4	2
215	44	1	1	4	2	2	0	0	0	0	1	0	0	1	0	0	2	1	2	1	1	4	4	5	17	2.8	1
216	45	1	2	3	2	3	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	8	3	5	5	2	4	4	5	25	4.2	2
217	54	3	1	2	2	1	0	0	0	1	0	0	1	1	1	1	5	1	2	1	2	3	5	5	18	3	1
218	43	1	1	3	2	1	1	0	0	0	1	0	0	0	1	0	3	1	1	2	1	3	5	2	14	2.3	1
219	49	2	2	1	2	6	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	9	3	5	4	5	4	4	5	27	4.5	2
220	48	2	1	2	2	1	0	0	0	0	1	0	0	0	1	0	2	1	1	2	2	4	4	3	16	2.7	1
221	45	1	1	1	2	6	1	1	1	0	1	0	0	1	1	0	6	2	5	1	4	4	5	4	23	3.8	2
222	45	1	2	2	2	1	1	0	0	1	1	0	0	0	1	1	5	1	4	1	1	2	5	4	17	2.8	1
223	40	1	1	3	2	2	0	0	0	0	1	0	0	0	1	0	2	1	1	2	1	3	2	5	14	2.3	1
224	54	3	2	2	2	5	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	9	3	5	4	5	4	5	5	28	4.7	2
225	41	1	1	2	2	4	0	0	0	0	1	1	1	0	1	0	4	1	2	2	1	2	4	5	16	2.7	1
226	42	1	2	3	2	2	0	1	0	1	1	1	1	1	1	0	7	2	4	2	2	1	2	4	15	2.5	1
227	46	2	1	3	2	3	1	1	0	0	1	0	0	0	1	1	5	1	2	2	2	4	4	5	19	3.2	2
228	40	1	1	3	2	2	0	0	1	1	1	1	0	0	0	0	4	1	4	4	1	4	2	4	19	3.2	2
229	41	1	1	3	2	2	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	1	1	1	1	2	1	2	4	11	1.8	1
230	43	1	1	2	2	2	0	0	0	1	1	0	0	0	0	1	3	1	2	1	1	2	4	4	14	2.3	1
231	54	3	2	4	2	4	0	0	0	1	1	0	0	1	0	0	3	1	2	1	4	2	4	2	15	2.5	1
232	53	3	1	5	2	1	0	0	0	1	1	0	0	0	1	0	3	1	1	1	1	1	5	5	14	2.3	1
233	43	1	1	3	2	2	0	0	0	0	1	0	0	1	0	1	3	1	2	4	1	1	2	4	14	2.3	1
234	50	2	2	4	2	4	0	0	0	1	0	0	0	1	1	0	3	1	2	1	2	4	4	4	17	2.8	1
235	53	3	1	2	2	3	1	0	1	1	1	0	0	0	0	0	4	1	4	1	1	2	2	2	12	2	1
236	40	1	2	3	2	2	0	0	0	0	1	0	0	1	1	0	3	1	4	2	2	2	4	4	18	3	1
237	43	1	1	2	2	4	0	0	1	1	1	1	0	0	1	1	6	2	1	1	2	1	4	4	13	2.2	1
238	52	3	2	4	2	6	1	0	0	1	1	0	0	1	1	0	5	1	1	2	2	1	2	4	12	2	1
239	40	1	1	3	2	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	5	5	1	2	4	4	21	3.5	2
240	52	3	1	2	2	3	1	0	0	1	1	0	0	1	1	0	5	1	4	2	2	1	4	5	18	3	1
241	45	1	1	2	2	2	0	0	0	0	1	0	0	1	0	0	2	1	2	1	2	4	2	3	14	2.3	1
242	41	1	1	1	2	3	0	0	1	1	0	0	0	0	1	0	3	1	4	5	4	2	4	2	21	3.5	2
243	51	3	1	3	2	4	0	0	0	1	1	0	0	0	1	0	3	1	1	1	2	2	4	5	15	2.5	1
244	47	2	1	2	2	3	1	1	1	1	1	0	1	0	1	1	8	3	5	4	2	4	4	5	24	4	2
245	50	2	1	2	2	1	0	0	1	1	1	0	0	1	0	1	5	1	5	4	4	4	4	5	26	4.3	2
246	47	2	1	2	2	2	0	0	0	0	1	0	1	0	1	0	3	1	2	1	2	1	2	4	12	2	1
247	42	1	1	3	2	2	0	0	1	0	1	0	0	1	0	0	3	1	5	4	2	4	4	4	23	3.8	2
248	46	2	2	1	2	4	0	0	1	0	1	1	0	0	0	0	3	1	4	5	2	4	4	5	24	4	2
249	43	1	1	3	2	6	1	0	0	0	0	1	0	1	1	0	4	1	5	5	2	4	5	4	25	4.2	2
250	44	1	1	2	2	3	1	0	0	0	1	0	0	0	1	0	3	1	5	5	2	1	2	4	19	3.2	2

251	43	1	1	2	2	6	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	8	3	4	2	2	1	2	2	13	2.2	1
252	43	1	1	3	2	4	0	0	0	0	1	0	0	0	1	0	2	1	4	5	4	2	5	4	24	4	2
253	53	3	1	2	2	6	0	1	0	1	1	1	0	1	1	0	6	2	2	2	2	2	5	4	17	2.8	1
254	52	3	1	4	2	2	0	0	0	1	1	0	0	1	1	0	4	1	2	1	2	1	4	5	15	2.5	1
255	46	2	1	2	2	3	0	0	0	0	1	0	0	1	1	0	3	1	2	1	2	1	2	4	12	2	1
256	40	1	2	1	2	5	0	0	1	1	1	0	0	0	1	0	4	1	4	5	2	2	5	4	22	3.7	2
257	53	3	1	2	2	3	0	0	1	0	1	0	0	0	0	0	2	1	4	5	2	2	5	4	22	3.7	2
258	48	2	1	2	2	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	1	1	2	2	5	2	2	2	15	2.5	1
259	47	2	1	3	2	1	0	0	0	0	1	1	0	1	0	0	3	1	2	1	1	2	2	4	12	2	1
260	40	1	1	2	2	4	0	0	0	0	1	0	0	1	1	0	3	1	2	1	4	4	2	4	17	2.8	1
261	48	2	1	3	2	2	0	0	0	0	0	1	0	1	1	0	3	1	2	2	1	2	4	4	15	2.5	1
262	49	2	1	3	2	4	1	1	0	1	1	0	0	1	1	1	7	2	4	5	2	1	4	5	21	3.5	2
263	51	3	1	3	2	2	0	0	0	1	1	0	0	1	1	0	4	1	4	5	2	4	5	3	23	3.8	2
264	49	2	1	2	2	2	0	0	0	0	1	0	0	0	1	0	2	1	4	5	2	2	4	2	19	3.2	2
265	47	2	1	3	2	3	1	0	0	0	1	0	0	1	1	0	4	1	2	1	2	1	5	2	13	2.2	1
266	43	1	1	3	2	4	1	0	0	0	1	0	0	0	0	1	3	1	5	5	2	4	4	4	24	4	2
267	42	1	1	3	2	6	0	0	0	1	1	0	0	1	1	0	4	1	2	1	1	1	3	4	12	2	1
268	45	1	3	1	2	4	0	0	0	1	1	0	0	1	1	0	4	1	2	1	2	2	2	2	11	1.8	1
269	44	1	3	1	2	1	0	0	0	0	0	0	0	1	1	0	2	1	5	4	4	1	5	4	23	3.8	2
270	42	1	2	1	2	3	0	0	1	0	1	0	0	0	1	0	3	1	2	1	2	1	3	4	13	2.2	1
271	48	2	1	3	2	6	1	0	0	0	1	0	0	0	1	1	4	1	4	2	2	1	2	2	13	2.2	1
272	40	1	3	2	2	3	0	0	0	0	1	1	1	1	1	0	5	1	2	1	2	2	3	4	14	2.3	1
273	54	3	1	2	2	4	1	0	0	1	1	0	0	1	1	0	5	1	4	5	2	1	4	4	20	3.3	2
274	53	3	1	3	2	1	1	0	0	0	0	0	0	1	1	0	3	1	4	5	4	2	5	5	25	4.2	2
275	47	2	1	2	2	4	0	0	0	0	1	1	0	1	1	0	4	1	2	1	2	4	5	4	18	3	1
276	40	1	1	4	2	3	0	0	1	0	1	0	0	1	1	0	4	1	2	1	2	3	4	4	16	2.7	1
277	48	2	1	2	2	2	1	0	0	1	1	0	1	0	1	0	5	1	2	2	2	2	5	4	17	2.8	1
278	40	1	1	3	2	3	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	1	1	5	4	3	3	4	4	23	3.8	2
279	42	1	1	3	2	2	0	0	0	1	0	0	0	1	1	0	3	1	4	5	2	2	2	4	19	3.2	2
280	47	2	1	2	2	3	0	0	0	0	1	0	0	1	1	1	4	1	4	1	1	2	5	4	17	2.8	1
281	44	1	2	4	2	4	0	0	0	1	1	0	0	1	1	0	4	1	1	2	2	1	2	4	12	2	1
282	41	1	3	1	2	6	0	1	0	1	1	0	0	0	1	0	4	1	2	1	2	1	5	4	15	2.5	1
283	41	1	1	1	2	4	1	0	0	0	0	0	0	0	1	1	3	1	5	4	2	1	2	2	16	2.7	1
284	42	1	1	2	2	2	0	0	0	1	0	0	0	1	1	0	3	1	2	4	2	2	5	4	19	3.2	2
285	44	1	1	3	2	4	0	0	0	0	1	1	0	1	1	0	4	1	5	4	2	2	4	4	21	3.5	2
286	42	1	2	1	2	3	1	0	0	1	1	0	0	0	1	0	4	1	4	2	4	4	5	4	23	3.8	2
287	41	1	2	3	2	4	0	1	0	0	1	0	1	0	1	0	4	1	2	1	2	1	4	5	15	2.5	1
288	40	1	1	2	2	6	0	0	1	0	1	1	0	1	1	0	5	1	2	2	2	1	4	4	15	2.5	1
289	46	2	1	3	2	1	0	0	0	1	1	0	0	1	1	0	4	1	4	5	4	4	4	4	25	4.2	2
290	46	2	2	1	2	2	0	0	0	0	1	0	0	1	1	0	3	1	2	1	2	2	4	2	13	2.2	1
291	42	1	1	2	2	2	1	0	0	1	1	0	0	0	0	0	3	1	5	2	2	2	4	4	19	3.2	2
292	40	1	1	3	2	4	1	0	0	1	0	0	0	1	1	0	4	1	2	1	1	4	2	4	14	2.3	1
293	46	2	1	3	2	3	0	0	0	1	1	0	0	1	1	0	4	1	4	5	2	4	4	5	24	4	2
294	42	1	1	3	2	4	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	9	3	5	4	2	4	4	4	23	3.8	2
295	45	1	2	4	2	3	0	0	1	1	1	0	0	1	1	0	5	1	2	4	1	4	5	4	20	3.3	2
296	40	1	1	3	2	1	0	0	0	0	1	1	0	1	1	1	5	1	2	1	2	1	5	4	15	2.5	1
297	41	1	1	2	2	3	1	0	0	1	0	0	0	1	1	0	4	1	4	2	2	1	4	4	17	2.8	1
298	47	2	1	3	2	5	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	1	1	4	2	2	1	4	5	18	3	1
299	49	2	1	2	2	2	1	0	1	1	1	0	0	1	1	0	6	2	1	2	2	1	4	5	15	2.5	1
300	54	3	2	2	2	6	1	0	1	1	1	0	0	0	1	0	5	1	4	2	1	1	4	4	16	2.7	1
301	43	1	1	2	2	3	0	0	1	1	1	0	0	1	1	0	5	1	2	4	1	1	5	4	17	2.8	1
302	41	1	1	2	2	1	0	0	0	1	1	1	0	1	1	0	5	1	4	3	2	1	5	4	19	3.2	2
303	40	1	2	1	2	3	0	0	1	1	1	0	0	1	1	1	6	2	2	1	1	4	5	4	17	2.8	1

304	45	1	1	3	2	3	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	8	3	5	4	2	4	5	5	25	4.2	2
305	42	1	1	3	2	3	0	0	0	0	1	0	0	1	1	0	3	1	4	2	2	1	5	5	19	3.2	2
306	53	3	2	2	2	2	0	0	0	1	1	0	0	1	1	0	4	1	4	5	2	5	4	5	25	4.2	2
307	44	1	1	2	2	5	1	0	1	1	1	0	0	1	1	1	7	2	5	4	4	4	5	4	26	4.3	2
208	44	1	2	2	2	1	0	0	0	0	1	0	0	1	1	0	3	1	2	1	2	1	5	5	16	2.7	1
309	50	2	2	2	2	2	1	0	0	1	0	0	0	1	1	1	5	1	2	4	3	2	4	5	20	3.3	2
310	41	1	1	2	2	3	0	0	1	0	1	0	0	1	0	0	3	1	4	5	3	2	5	4	23	3.8	2
311	52	3	2	3	2	6	0	0	0	1	1	0	1	1	1	0	5	1	4	2	2	1	4	5	18	3	1
312	44	1	1	3	2	3	0	0	0	1	1	0	0	1	1	0	4	1	2	1	2	1	3	4	13	2.2	1
313	40	1	2	2	2	2	0	0	0	0	1	0	0	1	0	0	2	1	2	1	1	2	5	4	15	2.5	1
314	52	3	1	2	2	3	1	0	0	1	1	0	0	1	1	1	6	2	4	1	4	4	2	4	19	3.2	2
315	47	2	1	2	2	2	0	0	0	0	1	1	0	1	1	0	4	1	2	1	1	2	2	2	10	1.7	1
316	43	1	1	2	2	1	0	0	0	1	1	0	0	1	1	0	4	1	2	4	1	3	4	5	19	3.2	2
317	40	1	1	3	2	6	0	0	1	1	1	0	0	1	1	0	5	1	4	5	1	2	5	4	21	3.5	2
318	47	2	1	3	2	1	0	0	1	1	0	0	0	1	1	0	4	1	4	1	2	1	3	4	15	2.5	1
319	46	2	1	2	2	3	1	0	0	1	1	0	0	1	1	0	5	1	2	4	1	2	4	5	18	3	1
320	42	1	1	2	2	3	1	0	0	1	1	1	1	1	1	0	7	2	4	5	2	4	4	4	23	3.8	2
321	40	1	1	2	2	2	0	0	0	1	1	1	0	1	1	0	5	1	4	5	2	1	4	5	21	3.5	2
322	40	1	1	3	2	6	1	0	0	0	1	1	0	0	1	0	4	1	2	1	1	1	2	2	9	1.5	1
323	51	3	1	4	2	3	1	0	0	1	1	0	0	1	1	0	5	1	1	2	2	1	5	5	16	2.7	1
324	42	1	1	3	2	2	1	0	0	1	1	0	0	1	1	0	5	1	4	2	2	1	4	4	17	2.8	1
325	45	1	1	3	2	2	0	0	0	0	1	0	0	1	1	0	3	1	2	1	2	1	5	5	16	2.7	1
326	48	2	2	3	2	3	0	0	0	1	1	0	0	0	1	0	3	1	2	5	2	4	4	5	22	3.7	2
327	51	3	1	2	2	2	0	0	0	1	0	0	0	1	1	1	4	1	2	2	2	4	4	4	18	3	1
328	41	1	1	3	2	4	0	1	0	1	1	1	0	0	1	0	5	1	1	1	2	2	5	5	16	2.7	1
329	48	2	2	3	2	4	0	0	0	1	1	0	0	1	0	1	4	1	2	1	2	1	4	4	14	2.3	1
330	54	3	1	3	2	1	1	0	0	1	0	0	0	1	1	1	5	1	2	4	4	4	4	5	23	3.8	2
331	49	2	1	3	2	1	0	0	0	1	1	0	0	1	1	1	5	1	2	1	4	4	4	3	18	3	1
332	46	2	1	5	2	2	0	0	0	1	1	0	1	0	1	1	5	1	5	5	1	4	4	2	21	3.5	2
333	42	1	2	2	2	3	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	8	3	1	1	2	2	4	5	15	2.5	1
334	43	1	2	1	2	3	1	1	0	1	1	0	0	0	1	0	5	1	2	1	2	1	2	4	12	2	1
335	40	1	1	2	2	6	0	1	0	1	1	0	0	1	1	0	5	1	5	4	4	1	1	5	20	3.3	2
336	50	2	1	1	2	2	0	0	0	0	1	0	0	1	1	1	4	1	2	1	2	2	5	4	16	2.7	1
337	41	1	2	4	2	3	0	0	1	1	1	1	0	1	1	1	7	2	2	1	2	1	4	5	15	2.5	1
338	52	3	1	4	2	1	1	0	0	1	1	0	1	1	1	1	7	2	1	4	2	2	5	5	19	3.2	2
339	52	3	1	2	2	1	0	0	1	0	0	0	0	1	1	0	3	1	2	1	4	2	4	5	18	3	1
340	51	3	2	4	2	3	0	0	1	1	0	0	0	1	1	1	5	1	3	4	1	3	5	5	21	3.5	2
341	40	1	1	2	2	3	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	8	3	4	4	2	3	5	5	23	3.8	2
342	46	2	1	2	2	3	0	0	1	1	1	0	0	1	0	0	4	1	3	4	2	3	3	5	20	3.3	2
343	44	1	2	3	2	2	1	0	0	0	1	0	1	0	1	0	4	1	2	2	2	2	4	4	16	2.7	1
344	54	3	3	2	2	6	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	9	3	5	4	5	5	5	5	29	4.8	2
345	44	1	2	2	2	4	0	1	0	1	0	0	1	0	1	0	4	1	3	2	2	4	4	3	18	3	1
346	46	2	3	2	2	6	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	8	3	5	3	5	3	4	4	24	4	2
347	51	3	2	2	2	2	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	2	1	3	3	1	4	5	4	20	3.3	2
348	48	2	1	3	2	2	1	0	1	1	0	0	1	1	0	1	6	2	3	4	4	2	4	4	21	3.5	2
349	51	3	1	1	2	2	0	1	0	1	0	0	0	0	1	1	4	1	2	1	3	4	4	5	19	3.2	2
350	53	3	1	2	2	1	1	1	0	1	1	0	0	1	1	0	6	2	2	2	4	3	3	2	16	2.7	1
351	40	1	1	1	2	4	1	1	0	0	1	1	1	0	1	1	7	2	4	3	1	4	5	3	20	3.3	2
352	50	2	1	2	2	1	0	0	0	1	0	0	0	0	1	1	3	1	2	3	4	3	4	4	20	3.3	2
353	40	1	1	3	2	3	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	8	3	5	3	5	4	4	3	24	4	2
354	47	2	2	3	2	2	0	0	0	1	0	1	0	1	1	1	5	1	2	2	2	1	3	4	14	2.3	1
355	51	3	2	2	2	3	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	8	3	2	1	2	1	2	4	12	2	1
356	41	1	3	1	2	6	0	0	0	1	0	1	1	0	1	0	4	1	5	3	1	4	2	3	18	3	1



### LEYENDA DE LA MATRIZ DE SISTEMATIZACIÓN

Nombre	Marca de Categoría	Categoría
Edad	1	[40a - 45a]
	2	[46a – 50a]
	3	[51a - 54a]
Ocupación	1	Ama de casa
	2	Independiente
	3	Dependiente
Estado civil	1	Soltera
	2	Casada
	3	Conviviente
	4	Separada
	5	Viuda
Procedencia	1	Rural
	2	Urbana
Grado de instrucción	1	Primaria completa
	2	Primaria incompleta
	3	Secundaria completa
	4	Secundaria incompleta
	5	Superior universitario
	6	Superior no universitario
Codificación de suma Conocimiento	1	0 -5 puntos (Bajo)
	2	6- 7 puntos (Medio)
	3	8- 10 puntos (Alto)
Codificación de suma Actitud	1	1-3 puntos (actitud desfavorable)
	2	3.1-5 puntos (actitud favorable)